



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي



جامعة محمد بوضياف - المسيلة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي: 2023/....

رقم التسجيل: .....

رقم التسجيل: .....

**جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالانحياز الانفعالي لدى عينة من**

**مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة**

- دراسة ميدانية ببعض المدارس والمراكز المتخصصة بالمسيلة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في شعبة علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

إشراف الأستاذ الدكتور:

بعلي مصطفى

إعداد الطالبتين:

- بورزق جنات

- لعازي رندة

السنة الجامعية: 2023/2022



# شكر و عرفان

الحمد لله القائل في محكم كتابه: (لئن شكرتم لأزيدنكم)، والصلاة والسلام على رسول الله

القائل: (من لا يشكر الناس لا يشكر الله).

بداية أحمد الله عز وجل أن وفقني وأعانتني على إتمام هذا العمل، ثم أتوجه بتسجيل أعمق آيات

الشكر والعرفان للأستاذ المشرف الأستاذ الدكتور بعلي مصطفى على مرافقته الطيبة ونصائحه القيمة

وتأطيره ومتابعته لنا فكان لكريم صبره، وجم تواضعه، وجميل قوله، وجديته الصادقة الدور الكبير في

ظهور العمل بهذه الصورة، ولست أنسى في هذا المقام أن أتقدم بالشكر إلى كل الأساتذة والإداريين

بقسم علم النفس، ولا أنسى أن أشكر كل من أسهم معي بعلم وذل لي عقبة وأنار لي طريقا في سبيل

خروج عملي هذا إلى حيز الوجود فجزاهم الله جميعا خير الجزاء وأثابهم على ما قدموه.

رندة لعازي

جنات بورزق

## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بولاية المسيلة، والكشف عن مستوى كل من جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي لدى عينة من الدراسة، وهدفت أيضا إلى معرفة ما إذا كان هناك فروق في جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير(الجنس، طبيعة العمل)، تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، حيث أجريت الدراسة على عينة تضم (70) مربى ومعلم، تم اختيارهم بطريقة طبقية بمراكز ومدارس ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة وللإجابة على فرضيات الدراسة تم استخدام الأدوات التالية: مقياس جودة الحياة النفسية ومقياس الالتزان الانفعالي، وتمت معالجة البيانات الإحصائية باستخدام معامل بيرسون واختبار (ت)، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة مرتفع.
- توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الالتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل لصالح المعلمين.

## **Abstract.**

The study aimed to identify the nature of the relationship between the quality of psychological life and emotional balance among educators and teachers of children with special needs in the state of M'sila, and to detect the level of each of the quality of psychological life and emotional balance in a sample of the study, and also aimed to know whether there are differences in the quality of life. The psychological and emotional stability of the educators and teachers of children with special needs in the M'sila due to the variable (sex, the nature of the work), the descriptive correlational approach was relied upon, where the study was conducted on a sample of (70) educators and teachers, who were selected in a stratified manner in the centers and schools for people with special needs in the M'sila and to answer. According to the hypotheses of the study, the following tools were used: the psychological quality of life scale and the emotional balance scale. The statistical data were processed using the Pearson coefficient and the t-test. The study reached the following results:

- The level of quality of psychological life and emotional balance among educators and teachers with special needs in M'sila is high.

- There is a statistically significant correlation between psychological quality of life and emotional stability among educators and teachers with special needs.

- There are no statistically significant differences in the quality of psychological life and emotional balance of educators and teachers with special needs due to the variable of sex.

- There are no statistically significant differences in the quality of psychological life among educators and teachers with special needs due to the variable nature of work.

- There are statistically significant differences in the emotional stability of educators and teachers with special needs due to the variable nature of work in favor of teachers.

## فهرس المحتويات

	شكر وعران
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
	فهرس الأشكال
	ملخص الدراسة
أ	مقدمة
<b>الفصل التمهيدي: الإطار العام للدراسة</b>	
05	- إشكالية الدراسة
07	- أهمية الدراسة
08	- أهداف الدراسة
09	- الدراسات السابقة
19	- فرضيات الدراسة
20	- مفاهيم ومصطلحات الدراسة
<b>الفصل الأول: طبيعة جودة الحياة النفسية</b>	
	<b>تمهيد</b>
23	1-1- تعريف جودة الحياة النفسية
24	1-2- بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة النفسية
25	1-3- أبعاد جودة الحياة النفسية
27	1-4- النظريات المفسرة لجودة الحياة النفسية
30	1-5- مظاهر جودة الحياة النفسية
30	1-6- مؤشرات قياس جودة الحياة النفسية
31	1-7- جودة الحياة لدى مربى ومعلمى ذوي الاحتياجات الخاصة
	<b>خلاصة</b>

الفصل الثاني: طبيعة الاتزان الانفعالي	
	تمهيد
35	2-1- تعريف الاتزان الانفعالي
36	2-2- أبعاد الاتزان الانفعالي
36	2-3- أهمية الاتزان الانفعالي
37	2-4- النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي
40	2-5- سمات الشخص المتزن انفعاليا
40	2-6- طرق تحقيق الاتزان الانفعالي
41	2-7- الاتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة
	خلاصة
الفصل الثالث: الإطار المنهجي للدراسة	
	تمهيد
45	3.1. الدراسة الاستطلاعية
46	3.2. الدراسة الأساسية
46	3.3. منهج الدراسة
47	3.4. عينة الدراسة وكيفية اختيارها
49	3.5. وصف أدوات الدراسة خصائصها السيكومترية
64	3.6. الأساليب الإحصائية المستخدمة
	خلاصة
الفصل الرابع: عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
67	4.1. عرض نتائج الدراسة
75	4.2. مناقشة نتائج الدراسة
84	4.3. خلاصة نتائج الدراسة
85	4.4. خاتمة الدراسة
85	4.5. مقترحات الدراسة

86	6.4. قائمة المصادر والمراجع
	- قائمة الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
46	مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية	01
48	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الجنس	02
48	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث طبيعة العمل	03
51	ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه، ومع الدرجة الكلية للمقياس	04
53	نتائج (ت) لدلالة الفروق في المتوسطات بين الفئة العليا والفئة الدنيا	05
54	معاملات الثبات لمقياس جودة الحياة النفسية بطريق، الاتساق الداخلي وإعادة الاختبار للمقياس ككل والأبعاد الفرعية	06
56	درجات احتساب مستوى جودة الحياة النفسية	07
56	الفروق في متوسطات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة النفسية	08
57	معامل ألفا-كرونباخ لأبعاد مقياس جودة الحياة النفسية والدرجة الكلية	09
59	معاملات الارتباط لبنود مقياس الاتزان الانفعالي مع درجته الكلية	10
60	معاملات الارتباط لبنود مقياس الاتزان الانفعالي مع درجة البعد	11
61	معاملات ارتباط أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي ببعضها ومع الدرجة الكلية للمقياس	12
62	ثبات إعادة والتجزئة النصفية وألفا كرونباخ لمقياس الاتزان الانفعالي	13
63	الفروق في متوسطات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي	14
64	معامل ألفا-كرونباخ لأبعاد مقياس الاتزان الانفعالي والدرجة الكلية	15
67	الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة	16
68	المتوسط الحسابي والنظري والانحراف المعياري لمقياس جودة الحياة النفسية.	17
69	المتوسط الحسابي والنظري والانحراف المعياري لمقياس الاتزان الانفعالي	18
70	معامل الارتباط بيرسون بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي لدى أفراد العينة.	19
71	قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير الجنس	20

72	قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.	21
73	قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير طبيعة العمل	22
74	قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير طبيعة العمل	23

### قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
26	أبعاد جودة الحياة النفسية	01
36	أبعاد الاتزان الانفعالي	02
39	نظريات الاتزان الانفعالي	03
48	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الجنس	04
49	توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث طبيعة العمل	05

تتميز عملية التكفل بفئة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بصعوبات كثيرة وهذا لما يطمح لتجسيده من أهداف ذات طابع إنساني واجتماعي وتربوي، تتطلب توفير عمال المؤهلين في مجال التربية الخاصة المستعدين لتحقيق تلك الأهداف وقادرين على تمكين هذه الفئة إلى الاندماج الاجتماعي، ونظرا لمتطلبات واحتياجات المتكررة سواء على الجانب الصحي والجانب المعرفي والجوانب المتعلقة بالحياة اليومية الأخرى التي يتميز بها ذوي الاحتياجات الخاصة والتي تسند مباشرة إلى المربي ومعلمي المشرفين على التكفل داخل المراكز المتخصصة، ومع زيادة المهام الملقاة على عاتق المربين والمعلمين ونقص الدعم النفسي والاجتماعي، وكذا استمرارية الوضعية وعدم وجود مخرج أصبحت عملية تشكل نوع من الضغوط على مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات، وفي ظل هذه الضغوط أصبح المربين والمعلمين يجدون صعوبات في أداء مهامهم على أكمل وجه مما دفعهم وبصورة مستمرة إلى المزيد من بذل الجهد بغية مساعدة الأطفال ومع اتساع المسافة بين ما يطلبه الأطفال وأسره وما يقدمه المربي والمعلم دون تلبية الاحتياجات المربي والمعلم الأساسي في مكان، ومن هنا وجب عليهم أن يكونوا قادرين على التصدي للتحديات والمواقف الضاغطة التي تواجههم أثناء العمل.

إن الصحة النفسية لمربي ومعلمي ذوي الاحتياجات وقدرتهم على التكيف الشخصي والاجتماعي، نابعة أساسا من ميكانيزمات شخصيتهم الإيجابية، حيث أولى علم النفس الإيجابي اهتماما كبير بدراساتها لدى الأفراد على اختلاف فئاتهم العمرية، ومساراتهم المهنية وكذا مجتمعاتهم مثل: السعادة وجودة الحياة ومما لا شك فيه أن الشخصية السوية بما تتمتع به من سمات تدل على الإيجابية في جودة الحياة النفسية والتفائل والسعادة والأمل والرضا عن الذات والآخرين، توفر للفرد فرصاً للنمو والارتقاء، إذ تشكل هذه المتغيرات محصلة جهد الفرد في سعيه للاستفادة من إمكانياته وقدراته والعمل على تنميتها لتحقيق التوافق النفسي



## مقدمة

والاجتماعي خاصة في ظل ظروف الحياة المعاصرة التي توصف بأنها ظروف منتجة لكافة أشكال الضيق وصيغ الكدر الانفعالي.

ومن هذا المنطلق بدأ يسود مجال البحث في علم النفس والصحة النفسية تيار جديد ينتمي إلى علم النفس الإيجابي، سرعان ما احتل مكان الصدارة بين البحوث في مجال علم النفس وبدأ العلماء يتطرقون لموضوعات لم تكن من قبل مثل السعادة والأمل والتفاؤل والثقة والتوافق وعليه أصبح متغير جودة الحياة بصفة عامة وجودة الحياة النفسية بصفة خاصة من أكثر المتغيرات تتاولا في الفترة الأخيرة لما لهما من دور في تحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد في ضوء ظروف حياتهم الحالية، التي تتأثر بأحداث الحياة والعلاجات وتغير حدة الوجدان والشعور.

وبالنظر إلى أهمية الاتزان الانفعالي فقد تناولته معظم نظريات علم النفس، واعتبرته أحد الأهداف المهمة التي يسعى علم النفس إلى دعمها في شخصية الفرد وذلك باعتبار أن الانفعال مجموعة من الإحساسات المختلفة التي تنشأ عن التغيرات العضوية، وقد أعطته نظريات علم النفس عدة تسميات منها (قوة الأنا، النضج الانفعالي، الذات والصحة النفسية وغيرها).

ولقد جاءت هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة، لأن جودة الحياة النفسية تساعد مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة على شعور بالرضا عن حياتهم والإقبال عليها بالحماس والرغبة الحقيقية في معاشتها وتساعد في إشعارهم بالكفاءة الذاتية عن طريق بناء العلاقات الايجابية مع المحيطين به ومع الشعور بالأمن والطمأنينة وعدم الإحساس بالفشل عندما يعجز عن مواجهة بعض المواقف الضاغطة بشكل مرن، وتمتعه بالصحة النفسية.

واستجابة لمتطلبات الموضوع تم تقسيم البحث على النحو التالي:



## مقدمة

- ❖ الفصل التمهيدي: خصص للإطار العام للدراسة وأهميتها وأهدافها والدراسات السابقة وفرضيات الدراسة، كما تناولت تحديد مفاهيم الخاصة بالدراسة.
- ❖ أما الفصل الأول: فتناولنا فيه طبيعة جودة الحياة النفسية من تعريف، والمفاهيم المرتبطة بها، أبعاد والنظريات المفسرة لها، وجودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات.
- ❖ أما الفصل الثاني: فقد تناولنا فيه طبيعة الاتزان الانفعالي من تعريف، وأهمية وأبعاد والنظريات المفسرة للاتزان الانفعالي وسمات الشخص المتزن انفعاليا، وطرق تحقيقها والاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ❖ أما الفصل الثالث: فتطرقنا إلى الدراسة الاستطلاعية وكذلك عينة الدراسة ووصف الأدوات مع إبراز الخصائص السيكومترية.
- ❖ أما الفصل الرابع: فخصص لعرض ومناقشة نتائج الدراسة وتقديم بعض المقترحات في ضوء هذه النتائج.

# الفصل التمهيدي

## الاطار العام للدراسة

- . إشكالية الدراسة
- . أهمية الدراسة
- . أهداف الدراسة
- . الدراسات السابقة
- . فرضيات الدراسة
- . مفاهيم ومصطلحات الدراسة

## 1. إشكالية الدراسة:

تعتبر جودة الحياة عن مدى إدراك الفرد أنه يعيش حياة جيدة من وجهة نظر خالية من الأفكار اللاعقلانية والانفعالية السلبية، والإحباط الاضطرابات السلوكية ويستمتع فيها بجودة الإنسانية ويشعر بالرضا والأمل، ويستمر قدراته وإمكاناته كافة بما يتيح له تحقيق ذاته وأن مفهوم جودة الحياة يندرج ضمن المفاهيم الايجابية في علم النفس وخصوصا في التوجه الإنساني الوجودي حيث يعتبر من محددات عوامل النجاح والرضا على الحياة، وهذا ما أشار إليه أبو حمادة (2018) إلى أن جودة الحياة النفسية تعرف بعلم النفس الايجابي الذي يعيد للفرد شعوره بالرضا والسعادة في ضوء ظروفه الحالية وإمكاناته وقدراته المتاحة، فالمكتئب قد يشعر به في التفاؤل والبعض قد يشعر به في الوصول للأهداف وتحقيق الغايات، لذلك فإن علم النفس الإيجابي يهدف إلى تغيير في تركيز علم النفس من الانهماك فقط على عمليات إصلاح أو علاج في علم النفس الذي يتمثل في إصلاح الأشياء الفاسدة من أجل بناء جودة الحياة (أبو حمادة، 2018، ص269)، وأكد صالح ضميري (2019) في دراسته أن مفهوم جودة الحياة النفسية يتغير بتغير الزمن وبتغير الحالة النفسية والعمرية التي يمر بها الفرد وينظر إلى جودة الحياة النفسية من خلال قدرة الفرد على إشباع حاجات الصحة النفسية، مثل الحاجات البيولوجية والعلاقات الاجتماعية والاستقرار الأسري، وأن شعور الفرد بالصحة النفسية من المؤشرات القوية الدالة على جودة الحياة.

ونظرا لاقتران جودة الحياة النفسية بالمعايير النفسية، يظهر بأن الجانب النفسي من الانفعالات وتغيرات في الجانب الوجداني نضع التركيز على الجانب الانفعالي أو موضوع الاتزان الانفعالي، والذي بدوره يساهم في سيرورة الحياة في مختلف تفاعلاتها في الحياة اليومية ومواقفها سواء في الأسرة أو مكان العمل أو البيئة المحيطة، حيث يعرف يونس محمد الاتزان الانفعالي بأنه: "مقدرة الفرد السيطرة على انفعالاته والتحكم بها وعدم إفراطه في التهيج الانفعالي أو عدم الاستباق وراء تأثير الأحداث الخارجية العابرة والطارئة وصولا إلى

التكيف الذاتي والاجتماعي دون أن يكلف ذلك مجهودا نفسيا كبيرا، ولقد أكدت العديد من الدراسات من بينها دراسة ريان (2006) ودراسة (الربيع، عطية، 2016) إلى أن الفرد المتزن انفعاليا يستجيب للمواقف والمشاكل التي تواجهه بأسلوب يتصف بالمرونة وعدم التطرف والمبالغة والاندفاع أو مبالغة في الاستجابة للمواقف الانفعالية فهو شخص يشعر بالتفاؤل والاستقرار النفسي، وأن لديه القدرة على تحمل تأجيل إشباع الحاجات، ولديه قدرة على تحمل قدر معقول من الإحباط ويؤمن بالتخطيط بعيد المدى ولديه القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات .

ويعتبر معلم التربية الخاصة حجر الزاوية في العملية التعليمية التربوية والتأهيلية للأطفال الغير العاديين، حيث أنه يتولى مهام شاقا في تعامله مع فئات خاصة من التلاميذ الذين يحتاجون الجهد والوقت الكبيرين ومن هنا تأتي أهمية اختيار معلم التربية الخاصة يتمتع بجودة حياة عالية وخصائص شخصية ومهنية مميزة تمكنه من التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة كذلك تجعله يتفهم طبيعة مشكلاتهم والسعي نحو مساعدتهم للتغلب على هذه المشكلات واستثمار طاقتهم بشكل أفضل (محمود، 2012، ص 92).

إن المعلم والمربي محور من محاور الأساسية في نجاح العملية التربوية وتحقيق الأهداف المرجوة منها وذلك لما يقوم به من مساعدة تلاميذه على النمو الشامل المتكامل من كافة جوانب شخصياتهم، الأمر الذي يستلزم الاهتمام بهذا المعلم وبحث كل ما يتعلق به من عوامل يؤثر في أدائه المهني وما يواجهه من مشكلات في ممارسته لمهنته وما يتصف به من صفات من حيث قدراته ومهاراته وأسلوب تفكيره.

من خلال ما سبق الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة على حدا جاءت هذه الدراسة في محاولة الربط بين جودة الحياة النفسية والالتزان الانفعالي وكذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرين لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة، ومما سبق يمكن صياغة الدراسة الحالية في التساؤلات الموالية :

- ما مستوى جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة ؟
- ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة ؟
- هل توجد علاقة ارتباطيه بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل ؟

## 2. أهمية الدراسة:

تظهر أهمية الدراسة من أهمية جانب الذي يتصدى دراسته و تلك الأهمية تبدو في ناحيتين نظرية و تطبيقية:

### أولاً: النظرية:

1. إلقاء الضوء على متغير جودة الحياة النفسية التي تعد من مفاهيم الحديثة في علم النفس الايجابي لأحداث حالة من التوازن بين المشاعر الذاتية الايجابية والإقبال على الحياة بكل حيوية و نشاط من ناحية والشعور بالبهجة والسعادة والاهتمام الاجتماعي والثقة الذات من ناحية أخرى.

2. وتناولها للاتزان الانفعالي باعتباره احد أهداف المهمة التي تسعى علم النفس ترسيخها في شخصية الفرد والأثر الذي تتركه في الإنسان سواء من الناحية الايجابية أو الناحية السلبية.

3. أهمية عينة الدراسة والتي تمثل في معلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة، باعتبارهم فئة تهتم وتعنى بالتكفل بذوي الاحتياجات الخاصة داخل المراكز المتخصصة.

### ثانيا: التطبيقية:

1. قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في وضع الأدلة و البرامج التدريبية و الإرشادية التي تساعد الأفراد في تحسين جودة الحياة النفسية لدى معلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة.

2. قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في تعديل أساليب تفكيرهم ومعالجتهم للمشكلات والأحداث التي تواجههم خاصة الاتزان الانفعالي و مع كل من يتعامل مع أبناء ذوي الاحتياجات الخاصة.

3. الإضافة العلمية في هذا المجال خاصة البيئة الجزائرية التي تفتقر لمثل هذه الدراسات، و في حدود علم الباحثين فان الدراسة الحالية هي الأولى التي تناولت جودة الحياة النفسية و علاقتها بالاتزان الانفعالي لدى معلمي و مربي ذوي الاحتياجات الخاصة.

### 3. أهداف الدراسة:

إن هدف كل بحث علمي هو الوصول إلى النتائج تلقى مزيدا من الضوء على الظاهرة المدروسة الذي يؤدي بذوره إلى وضع قوانين التي تخضع لها الظاهرة النفسية وهنا يكون العلم قد حقق شوطا نحو التقدم الذي يمكنه من الوفاء بحاجات المجتمع ، وعليه يمكن ذكر أهداف الدراسة الحالية كذا يلي:

- التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة من مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة من مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- الكشف عن الفروق في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل.
- الكشف عن الفروق في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل.

#### 4. الدراسات السابقة:

إن الطابع الذي يتميز به العلم هو التراكم الذي يسمح باتساع دائرة المعارف وتوارث المعطيات العلمية من طرف الأجيال وانتقالها من زمن إلى الآخر، ومن هذا المنطلق فإن الباحث يبدأ من حيث انتهى سابقه إلى موضوع دراسة ما، وفيما يتعلق بموضوع هذه الدراسة فهناك مجموعة من الدراسات والتي يمكن عرضها كمايلي:

أولاً : دراسات تناولت جودة الحياة النفسية:

دراسة بركيبة ثورية (2017) ورقلة: بعنوان إدراك الأساتذة لجودة الحياة العمل في ظل بعض المتغيرات الديمغرافية

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل في ظل بعض المتغيرات الديمغرافية، تم إتباع المنهج الوصفي المقارن، أما مجتمع الدراسة فتكون من الأساتذة بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة ورقلة والبالغ عددهم (137) أستاذ، كما بلغت عينة الدراسة (94) أستاذ، تم اعتماد على استبيان جاهز لقياس جودة الحياة العمل توصلت النتائج إلى:

توجد فروق في مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل تعزى لعامل الدرجة العلمية توجد فروق في مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل تعزى لعامل الخبرة

لا توجد فروق في مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل تعزى لعامل الحالة الاجتماعية

دراسة فواطمية محمد (2017) مستغانم: بعنوان واقع جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الابتدائي

يهدف البحث إلى إيجاد مستوى جودة الحياة لدى أساتذة التعليم الابتدائي ومعرفة إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة ترجع إلى السن، الخبرة، الجنس وللوصول إلى الهدف استخدم الباحث المقياس المئوي لجودة الحياة المصمم من طرف المنظمة العالمية للصحة، وطبق المقياس على عينة عشوائية من 300 أستاذ وأستاذة يدرسون المؤسسة التربوية لولاية مستغانم كما استخدم تحليل التباين الثنائي والنسب المئوية وتوصلت الدراسة إلى:

- مستوى جودة الحياة متوسطة لدى أساتذة التعليم الابتدائي
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة ترجع إلى الجنس والسن والخبرة.

دراسة نبيل بن جلول، الهاشمي لوكيا(2018) ورقلة: بعنوان جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالتفكير الايجابي لدى الموظفين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين جودة الحياة الوظيفية والتفكير الايجابي لدى الموظفين بالمؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة، استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، حيث اعتمد على مقياس جودة الحياة الوظيفية ومقياس التفكير الايجابي، بلغ حجم العينة من (176) فردا من موظفي المؤسسات الشبابية والرياضية لولاية ورقلة أختبرو بطريقة عشوائية، توصلت نتائج الدراسة إلى:

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين كل من أبعاد جودة الحياة الوظيفية و التفكير الايجابي باستثناء بعد الأجور والمكافآت حيث لم تبين وجود علاقة ارتباطيه بينه وبين التفكير الايجابي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة حول مدى توافر أبعاد جودة الحياة الوظيفية تعزى إلى متغير الجنس، الرتبة الوظيفية، منطقة العمل).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات تقديرات عينة الدراسة في التفكير الايجابي تعزى إلى متغير الجنس، عدد سنوات الخدمة.

**دراسة السلامين، أفنان احمد(2018) فلسطين:** بعنوان جودة الحياة وعلاقتها بالطموح المستقبلي لدى عينة من طلبة عرب النقب الدارسين بكلية التربية في جامعة الخليل

هدفت الدراسة إلى التعرف على جودة الحياة وعلاقتها بالطموح المستقبلي لدى عينة من طلبة البرنامج العادي و المكثف في كلية التربية في جامعة الخليل، تم اختيار عينة عشوائية طبقية من مجتمع دراسة بلغت (507) طالب وطالبة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وأداتين هما: مقياس جودة الحياة، الطموح المستقبلي، وتوصلت النتائج إلى:

- وجود علاقة موجبة طردية بين جودة الحياة والطموح المستقبلي لدى طلبة البرنامجين.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة البرنامج العادي تبعا لمتغير الجنس و المستوى الدراسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة لدى طلبة البرنامج المكثف تبعا لمتغير الجنس و المستوى الدراسي.

**دراسة عدنان محمد عبده القاضي(2020) اليمن:** بعنوان أساليب التفكير و علاقتها بجودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس

هدف البحث الحالي إلى التعرف على العلاقة بين أساليب التفكير وجودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وتمثلت عينة البحث ب(99) فردا من الجنسين وتم استخدام أداتين هما: مقياس جودة الحياة النفسية، مقياس أساليب التفكير، توصلت نتائج البحث إلى أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس أقل من المتوسط الفرضي، عدا الشعور بالجودة الحياة الاجتماعية فقد كانت أعلى من المتوسط الفرضي، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وفقا للجنس و التخصص(علمي- إنساني)، وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مجالات جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس وفقا للدرجة العلمية، وأنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أسلوب التفكير وجودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية جامعة تعز

**دراسة مريم محمد فضل الشهري(2021) الرياض:** بعنوان جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريات في جامعة الأمير سلطان بالرياض

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة الوظيفية و الإبداع الإداري لدى الموظفين الإداريات في جامعة الأمير سلطان بالرياض، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي و الارتباطي و طبقت الدراسة على جميع الموظفين الإداريات بجامعة الأمير سلطان و البالغ عددهن (149) إدارية مستخدمة الحصر الشامل وقد استجاب منهن

(120) إدارية، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أبرزها: وجود علاقة طردية موجبة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة الوظيفية و الإبداع الإداري لدى موظفات الإداريات في جامعة الأمير سلطان بالرياض

دراسة بو عبد الله بلقاسمي، مسعودي أمحمد(2021) في مستغانم: بعنوان تأثيرات جائحة كوفيد 19 على جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 بولاية مستغانم، تم اختيار عينة عشوائية تتكون من (88) أستاذا وأستاذة من بيئتين مختلفتين (ريفية، حضرية)

وسعى لتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحثان استبياناً لقياس مستوى جودة الحياة النفسية، وبعد إجراء عملية التحليل الإحصائي، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد19 مرتفع.
- توجد فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 تعزى لمتغير البيئة (ريفية/حضرية).
- لا توجد فروق في مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات كوفيد19 تعزى لمتغير الأقدمية المهنية.
- دراسة مجد الكشكى، محمد الصبان(2021) سعودية: بعنوان جودة الحياة الأسرية كمتغير وسيط في العلاقة بين الأمن الفكري وأحادية الرؤية لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين.
- هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على دور جودة الحياة الأسرية كمتغير وسيط في العلاقة بين الأمن الفكري وأحادية الرؤية، بالإضافة إلى التعرف على العلاقة بين الأمن الفكري وجود الحياة الأسرية وأحادية الرؤية والفروق في كل من الأمن الفكري

وجودة الحياة الأسرية وأحادية الرؤية وفقا لنوع والتخصص وتكونت العينة من (860) من طلاب الجامعة السعوديين طبق عليهم مقاييس جودة الحياة الأسرية والأمن الفكري وأحادية الرؤية، توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة الأسرية والأمن الفكري، ووجود علاقة عكسية بين الأمن الفكري و أحادية الرؤية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لنوع لصالح الإناث في جودة الحياة الأسرية، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من جودة الحياة و الأمن الفكري وأحادية الرؤية وفقا لتخصص.

### ثانيا: الاتزان الانفعالي:

دراسة دنيا بن شبيبة (2018) ورقلة: بعنوان الاتزان الانفعالي وعلاقته بالقدرة على حل المشكلات لدى الطالب الجامعي

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطيه بين الاتزان الانفعالي والقدرة على حل المشكلات لدى الطالب الجامعي قسم العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة ورقلة بالإضافة إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على حل المشكلات لدى طلبة قسم علم النفس وعلوم التربية تعزى لمتغير الجنس والسن، تم اعتماد على المنهج الوصفي باعتباره المنهج الملائم للدراسة الحالية، وبلغت حجم العينة (127) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وقد توصلت النتائج إلى:

- توجد علاقة ارتباطيه بين الاتزان الانفعالي والقدرة على حل المشكلات لدى الطالب الجامعي قسم العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة ورقلة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القدرة على حل المشكلات تعزى إلى متغير الجنس لدى الطالب الجامعي قسم العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة ورقلة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المشكلات تعزى إلى متغير السن لدى الطالب الجامعي قسم العلوم الاجتماعية وقسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة ورقلة.

دراسة محمد خلايفية، وليد كربوش، حورية بوتي (2018) في باتنة : بعنوان سمات المعلم الفعال ودورها في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلميذ المرحلة الابتدائية.

تهدف الدراسة إلى إبراز أهم سمات المعلم الفعال و دورها في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وهذا بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي لملائمة مع موضوع البحث، وبتطبيق مقياس المعلم الفعال والاتزان الانفعالي الذي تم تصميمه من طرف الباحثين على عينة قوامها (30) معلما ومعلمة، وتم تطبيقه في بعض الإبتدائيات لولاية باتنة، وبعد المعالجة الإحصائية للنتائج الخام، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن سمات المعلم الفعال دورا في تحقيق التحكم في الانفعالات لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بدرجة عالية، وكذلك دورا في تحقيق المرونة في التعامل مع المواقف والأحداث بدرجة عالية، وهذا من خلال تحقق فرضيات إلى حد كبير.

دراسة عبد المالك رابحي، باهي سلامي، علي عون (2019) في الأغواط: بعنوان مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية، وإلى التعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي حسب كل من الجنس والأهل العلمي والخبرة، والمنهج المتبع هو المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (100) معلما ومعلمة من بعض مدارس مدينة الأغواط، تم اختيارها بطريقة عشوائية، و لجمع البيانات تم استخدام استبيان الاتزان الانفعالي من إعداد حسين عبد الحميد عيسى، وقد تبين نتائج الدراسة أن معلمي المرحلة الابتدائية ببعض مدارس الاغواط يتمتعون بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى معلمي المرحلة الابتدائية في الاتزان الانفعالي تعزى لمتغيرات الجنس و الخبرة والمؤهل العلمي .

دراسة جرعوب عبد الرحمان، دشيثة الامين، شنفاوي جمال(2019) الجزائر: بعنوان كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي ولتحقيق الأهداف الدراسة استخدمنا المنهج الوصفي واعتمدنا على الاستبيان يقيس كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق الاتزان الانفعالي وطبقت أداة الدراسة على 21 أستاذ التربية البدنية الرياضية، حيث توصلت الدراسة إلى إن الكفاءة أستاذ التربية البدنية الرياضية دور في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

دراسة بومهراس زهرة (2020): في غرداية بعنوان الاتزان الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية.

هدفت الدراسة إلى محاولة التعرف على مستوى كل من الاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى أساتذة الطور الابتدائي وفي معرفة دلالة الفروق في علاقة الاتزان الانفعالي بالرضا عن الحياة باختلاف متغير الجنس وقد بلغ قوام العينة 107 معلما تم اختيارهم بطريقة عشوائية، اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي الملائم لطبيعة الدراسة واشتملت الأدوات المستخدمة مقياسين مقياس الاتزان الانفعالي ومقياس الرضا عن الحياة وقد توصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى كل من الاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة عن متوسط لدى أساتذة التعليم الابتدائي عموما، وإلى عدم وجود فروق في علاقة الاتزان الانفعالي بالرضا عن الحياة باختلاف متغير الجنس.

## تعقيب على الدراسات:

## أولاً: دراسات تناولت جودة الحياة النفسية

من حيث الهدف: حاولت معظم الدراسات السابقة التي تناولت جودة الحياة النفسية، الكشف التي حاولت الكشف عن مستوى جودة الحياة النفسية ببعض المتغيرات الديمغرافية مثل دراسة أبو عبد الله بلقاسمي (2021)، دراسة عدنان محمد عبده القاضي (2020)، والتي حاولت الكشف عن العلاقة جودة الحياة النفسية ببعض المتغيرات الديمغرافية مثل دراسة السلامين، افنان امحمد (2018)، دراسة مجده السيد الكشكي، محمدالضبان (2017)

أما الدراسة الحالية فهذفت إلى التعرف عن علاقة جودة الحياة النفسية بالاتزان الانفعالي لدى معلمي و مربي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة.

من حيث العينة: أجريت معظم الدراسات السابقة التي تناولت جودة الحياة النفسية على أساتذة التعليمي الابتدائي كدراسة فواطمية محمد (2017)، دراسة بوركيبية ثورية (2017)، وانحصرت أعدادها بين (300،137) أستاذا وكانت أصغر عينة دراسة بوركيبية ثورية (2017) فتكونت عينتها من (137)، وأكبر عينة دراسة كانت في دراسة فواطمية محمد (2017) تكونت عينة من (300) أستاذا.

أما عينة الدراسة الحالية تكونت من (70) معلم ومربي من ذوي الاحتياجات الخاصة.

من حيث الأدوات المستخدمة: قامت جل الدراسات بتناول مقياس جودة الحياة مثل دراسة نبيل بن جلول، الهاشمي لوكيا (2018)، دراسة مريم محمد فضل الشهري (2021).

أما الدراسة الحالية يتم استخدام مقياس جودة الحياة النفسية من إعداد صالح ضميري (2019)

من حيث النتائج: اتفقت معظم الدراسات السابقة في النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلم ذوي الاحتياجات الخاصة حسب طبيعة العمل كدراسة بركيبة ثورية (2017) وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلم ذوي الاحتياجات الخاصة حسب الجنس كدراسة فواطمية محمد (2017)، توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلم ذوي الاحتياجات الخاصة حسب طبيعة العمل لصالح المربي، وأسفرت أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المربي والمعلم ذوي الاحتياجات الخاصة حسب متغير الجنس.

أما نتائج الدراسة الحالية فقد أخذت في الاعتبار تأكيد أو نفي الفرضيات التي انطلقت منها و التي سيتم التأكد منها من خلال التطبيق الميداني فيما بعد.

#### ثانيا: دراسات تناولت الاتزان الانفعالي:

من حيث الهدف: تنوعت أهداف الدراسات السابقة في الكشف عن مستوى الاتزان الانفعالي وبعض المتغيرات النفسية كدراسة عبد المالك، باهي سلامي، علي عون (2019) والتي حاولت إلى الكشف عن العلاقة الاتزان الانفعالي ببعض المتغيرات الأخرى دراسة بن شبيبة دنيا (2018).

أما الدراسة الحالية فهذفت إلى التعرف عن علاقة جودة الحياة النفسية بالاتزان الانفعالي لدى معلمي و مربي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة.

من حيث العينة: تباينت و تنوعت الدراسات في دراسة هذا المتغير في أحجام العينة وقد بلغت أصغر عينة (21) أستاذ مثل دراسة دراسة جرعوب عبد الرحمان، دشيثة الامين شنفوي جمال (2019)، وكانت أكبر عينة متكونة من (127) مثل دراسة دنيا بن شبيبة (2018).

أما دراستنا الحالية تكونت من (70) عينة من مربي و معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة

من حيث الأدوات المستخدمة: من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت في الدراسة تم استخدام جل الدراسات على مقياس الاتزان الانفعالي مثل دنيا بن شبيبة (2018) ودراسات الأخرى استخدمت مقياس الاتزان الانفعالي مثل دراسة عبد المالك، باهي سلامي علي عون (2019).

أما الدراسة الحالية يتم استخدام الاتزان الانفعالي من إعداد ياسمين عمر حلوة (2016)

**من حيث النتائج:** اتفقت معظم الدراسات السابقة في النتائج على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في الاتزان الانفعالي لصالح المعلم وإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاتزان الانفعالي لصالح الذكور مثل دراسة الزهرة بومهراس (2021)، محمد خليفية، وليد كربوش، حورية بوتوي (2018) توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلم ذوي الاحتياجات الخاصة حسب طبيعة العمل لصالح المعلم، وأسفرت أيضا إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المربي والمعلم ذوي الاحتياجات الخاصة حسب متغير الجنس لصالح الذكور. أما نتائج الدراسة الحالية فقد أخذت في الاعتبار تأكيد أو نفي الفرضيات التي انطلقت منها والتي سيتم التأكد منها من خلال التطبيق الميداني فيما بعد.

### 5. فرضيات الدراسة:

- مستوى جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة مرتفع.
- مستوى الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة مرتفع.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربّي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربّي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربّي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي العمل لدى مربّي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة.

## 6. تحديد مصطلحات الدراسة إجرائياً:

**جودة الحياة النفسية:** هو مفهوم واسع يشمل الإشباع المادي للحاجات الأساسية والإشباع النفسي الذي يحقق التوافق النفسي الفرد والشعور بالرضا، والسعادة، وتحقيق الذات (صالح ضميري، 2019، ص16).

**التعريف الإجرائي:** هي الدرجة التي يتحصل عليها مربّي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في مقياس جودة الحياة النفسية من إعداد الباحث مهند ياسر صالح ضميري

**الاتزان الانفعالي:** بأنه القدرة على التعامل مع جميع الانفعالات بشكل ملائم والقدرة على التحكم بالانفعالات بحيث لا تظهر بشدة أو تتعدم كلياً (حلاوة، 2016، ص36).

**تعريف الإجرائي:** هي الدرجة التي يتحصل عليها مربّي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في مقياس الاتزان الانفعالي من إعداد الباحثة ياسمين عمر حلاوة المتكون من (39 عبارة).

**مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة:** هو معلم المؤهل في التربية الخاصة ويقوم بتقديم البرامج والخدمات التعليمية والتدريبية والتأهيلية والإرشادية لأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

الحبيب النظري

# الفصل الأول

## طبيعة جودة الحياة النفسية

- تمهيد

1.1. تعريف جودة الحياة النفسية

2.1. بعض المفاهيم المرتبطة بجودة الحياة النفسية

3.1. أبعاد جودة الحياة النفسية

4.1. النظريات المفسرة لجودة الحياة النفسية

5.1. مظاهر جودة الحياة النفسية

5.1. مؤشرات قياس جودة الحياة النفسية

5.1. جودة الحياة لدى مربى ومعلمى ذوي الاحتياجات الخاصة

- خلاصة

**تمهيد:**

لقد سعى علماء والفلاسفة منذ القدم إلى الكشف عن المعايير التي تمكننا من الحكم على سعادة الفرد ورفاهيته، والتعرف على العوامل التي تساعد على إدراك ذلك وكان الهدف من هذه الجهود هو وصول بالإنسان إلى صحة نفسية خالية من المعانات و الاضطرابات النفسية، بينما تطورت هذه النظرة لتصبح ليس مجرد خاو الفرد من المرض بل يتعداه إلى الفعالية والكفاءة والإيجابية، وصولاً إلى الإحساس بجودة حياته النفسية، بحيث أن جودة الحياة النفسية مفهوما محوريا ورئيسا في علم النفس الإيجابي، فالسعادة ينشدها الجميع في مختلف الثقافات بوصفها هدفاً أسمى للحياة لارتباطها بالحالة الإيجابية الرضا عن الحياة، تحقيق الذات، والتفائل.

**1-1- تعريف جودة الحياة النفسية:**

**تعريف كارل رايف (Ryff et al (2006) والتي ترى فيه أن جودة الحياة النفسية هي:** الإحساس الايجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدرة وذات قيمة ومعنى بالنسبة له، واستقلاليته في تحديد وجهة ومسار حياته وإقامته لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها، كما ترتبط جودة الحياة بكل من الإحساس العام بالسعادة والسكينة والطمأنينة النفسية (Ryff,et al,2006, 85:95).

أما Rubin et Al (2003) فكان تعريفه لجودة الحياة النفسية أنها الدرجة التي يستمتع بها الفرد بالإمكانات المهمة في حياته، التي تنتج من الفرص المتاحة له والحدود أو القيود التي تواجهه، ويدخل في ذلك رضا الشخص عن ذاته وعن قدراته وإنجازاته وممتلكاته (سليمان، 2022، ص997)

ويعرف مسعودي أمحمد جودة الحياة النفسية هي عبارة عن تقييم الفرد لنوعية حياته أو الحكم بالرضا عن حياته، ويشمل هذا التقييم الجانبين المزاجي والمعرفي حيث يشعر الإنسان بجودة حياته النفسية حينما يمر بكثير من الخبرات السارة في حياته وقليل من الخبرات غير السارة، مع شعوره بالرضا عن حياته بشكل عام ومجالات الحياة المختلفة، بالإضافة إلى تغلب المشاعر الايجابية على المشاعر السلبية (مسعودي، 2017م، ص129).

## 1-2-2- مفاهيم المرتبطة بجودة الحياة النفسية:

**1-2-1 جودة الحياة النفسية وجودة الحياة:** إن جودة الحياة العامة تم تعريفها بطرق وتطبيقات عديدة في سياقات متنوعة، نتيجة الخلفية التي استند إليها الباحثون في تعريفهم لجودة الحياة. فإن جودة الحياة عرفت كمصطلح يتضمن الجوانب الشخصية والموضوعية. وتقليدياً ركز الباحثون على المؤشرات الموضوعية في تعريفهم لجودة الحياة والتي تتضمن المؤشرات الظاهرة والقابلة للقياس والملاحظة الخارجية مثل الحالة الوظيفية، والدخل، والحالة الاجتماعية الاقتصادية وحجم شبكة المساندة الاجتماعية، حيث أن جودة الحياة تمثل مفهوماً واسعاً يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية، مرتبطة بالحالة الصحية والحالة النفسية للفرد، ومدى الاستقلال الذي يتمتع به، والعلاقات الاجتماعية التي يكونها، فضلاً عن علاقته بالبيئة التي يعيش فيها" (عكاشة، سليم، 2010 ص 7، 8).

## 1-2-2- جودة الحياة النفسية و جودة الحياة الذاتية:

استخدمت بعض الدراسات مصطلح جودة الحياة الذاتية **Subjective Well being** بصور متبادلة مع جودة الحياة النفسية، فإن جودة الحياة الذاتية تعبر عن تقييم الشخص لردود أفعاله في حياته الشخصية بما تتضمنه من الرضا عن الحياة عن العلاقات مع الآخرين والحالة المزاجية أو الوجدانية الإيجابية (Diener; Diener,1995,658).

**1-2-3- جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية:**

يرى (Masse et al, 1998) أن مصطلح الصحة النفسية يتضمن بصفة عامة عاملين أساسيين هما الضيق أو الكدر النفسي، وجودة الحياة النفسية، وهو ما يشير إلى أن الصحة النفسية تتكون من بعدين أحدهما سلبي ممثلاً في الضيق أو الكدر الانفعالي، والثاني إيجابي ممثلاً جودة الحياة النفسية (Masse et al, 1998, 475,504).

**1-2-4- جودة الحياة النفسية والمرونة النفسية:**

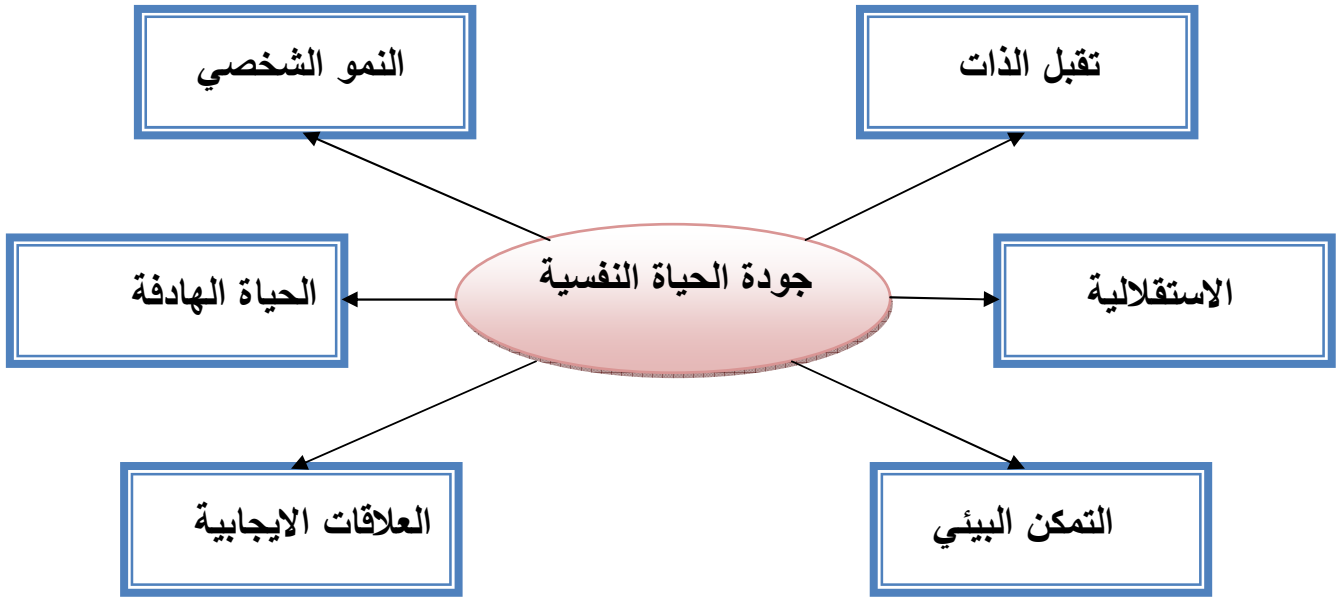
يربط الكثير من الباحثين بين مفهوم جودة الحياة النفسية ومصطلح أساس يستخدم في مجال علم النفس الإيجابي في الوقت الحالي وهو مصطلح المرونة النفسية ( Psychological resilience)، وتعرف المرونة النفسية بأنها: قدرة تمكن الإنسان من المواجهة الإيجابية أة التأقلم والتوافق الإيجابي مع التهديدات أو العثرات أو النكبات التي يتعرض لها في حياته وتحقيق نواتج حياته إيجابية بالرغم من مثل هذا التعرض (سلمان جاسم، 2018، ص289).

**1-3- أبعاد جودة الحياة النفسية:**

**1-3-1- تقبل الذات:** يشير إلى القدرة على أقصى مدى تسمح به القدرات و إمكانات و النضج الشخصي، و الاتجاه الايجابي نحو الذات.

**1-3-2- العلاقات الايجابية مع الآخرين:** تشير إلى القدرة على إقامة علاقات اجتماعية ايجابية متبادلة مع الآخرين، قائمة على الثقة، والتواد، والقدرة على التوحد مع الآخرين والقدرة على الأخذ والعطاء مع الآخرين .

**1-3-3- الاستقلالية:** تشير إلى القدرة على تقرير مصير الذات، و الاعتماد على الذات، و القدرة على ضبط و تنظيم السلوك الشخصي (عايش، العزالي، 2022، ص121).



الشكل (1) يوضح أبعاد جودة الحياة النفسية (من إعداد الباحثين) .

**1-3-4- التمکن البيئي (السيطرة على البيئة):** تشير إلى قدرة الفرد على التمکن من تنظيم الظروف والتحكم في كثير من الأنشطة، والاستفادة بطريقة فعالة من الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية على اختيار و تخيل البيئات المناسبة والمرونة الشخصية.

**1-3-5- الأهداف في الحياة:** وتشير إلى قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية واضحة توجد أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والإصرار على تحقيق أهدافه.

**1-3-6- النمو الشخصي:** وتشير إلى قدرة الفرد على تنمية قدراته وتطويره، وزيادة فعالية وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل (موسى إسماعيل، السيد طه، 2023).

## 1-4- النظريات المفسرة لجودة الحياة النفسية:

### 1- النظرية التحليلية:

إن الإطار الفلسفي الذي انطلق منه فرويد في نظريته كان من أسس بيولوجية و ذلك يرجع لطبيعة العمل الذي عمل فيه و هو في مجال الطب، وقد ظهر واضحا في نظريته في مجال الغرائز، وقد فسر الحياة النفسية لكل فرد على اتجاهين:

الأول: يتمثل في البناء الجسدي و العضوي للإنسان وذلك عن طريق الجهاز العصبي.

الثاني: يتعلق بالأفعال الشعورية لدى الفرد، و قد ذكر فرويد أن جودة الحياة هي شعور الفرد بالسرور و الفرح و السعادة و تخفيف الآلام، وهي هدف أساسي للسلوك البشري، وكذلك تعني إشباع الغرائز الملحة.

إذ مبدأ اللذة هو المبدأ المسيطر على عمليات الجهاز النفسي، كما اشر إلى أن الحياة المليئة بالآلام و التوترات نتيجة ضعف قدرة الفرد على إشباع حاجاته مما يتولد على ذلك من صراعات والاضطرابات النفسية متعددة، واعتقد أيضا أن غريزة الحياة هي الدافع لديمومتها والرضا عنها، وأضاف أن خبرات الطفولة بشقيها المؤلم والساار مهمة في تأسيس للمستقبل .

كما يركز الاتجاه النفسي على إدراك الفرد كمحدد أساسي للمفهوم و علاقة المفهوم بالمفاهيم النفسية الأخرى، وأهمها القيم و الحاجات النفسية وإشباعها وتحقيق الذات ومستوى الطموح لدى الأفراد، وبالتالي فالعنصر الأساسي لجودة الحياة يتضح في علاقة الانفعالية القوية بين الفرد وبيئته، هذه العلاقة التي تتوسطها مشاعر والأحاسيس الفرد ومدركاته، فالإدراك ومعه بقية المؤشرات النفسية تمثل المخرجات التي تظهر من خلال نوعية حياة الفرد (الخراعي، 2016، ص39).

## 2- النظرية المعرفية:

ترتكز في تفسير جودة الحياة على فكرتين الآتيتين:

**الأولى:** أن طبيعة إدراك الفرد هي التي تحدد درجة شعوره بجودة الحياة.

**الثانية:** في إطار الاختلاف الإدراكي الحاصل بين الأفراد، فإن العوامل الذاتية هي الأقوى أثراً من العوامل الموضوعية في درجة شعورهم بجودة الحياة، ووفق لذلك و في هذا تفسير تبرز لدينا نظريتان حديثتان في تفسير جودة الحياة .

### نظرية لاوتن 1997:

طرح لاوتن مفهوم طبيعة البيئة، ليوضح فكرته عن جودة الحياة و هي تدور حول الآتي:

الظرف المكاني: إن هناك تأثير للبيئة المحيطة بالفرد على إدراكه لجودة حياته و طبعا البيئة في الظرف المكاني لها تأثيرات احدهما مباشر على حياة الفرد كالتأثير على الصحة مثال والأخر تأثيره غير مباشر إلا أنه يحمل مؤشرات ايجابية كلما تقدم في العمر، فكلما تقدم الفرد في عمره كلما كان أكثر سيطرة على ظروف بيئته ( ساحسي، حنطاوي 2021، ص21).

### نظرية رايف 1999

تدور نظرية رايف حول مفهوم السعادة النفسية إذ أن شعور الفرد بجودة الحياة ينعكس في درجة إحساسه بالسعادة التي حددها رايف بستة أبعاد يضم كما بعد ست صفات تمثل هذه الصفات نقاط التقاط لتحديد معنى السعادة النفسية.

البعد الأول: الاستقلالية

البعد الثاني: التمكن البيئي

البعد الثالث: النمو الشخصي

البعد الرابع: العلاقات الايجابية مع الآخرين

البعد الخامس: تقبل الذات

البعد السادس: الهدف من الحياة

ولقد بين رايف أن جودة الحياة الفرد تكمن في قدرته على مواجهة الأزمات التي تظهر في مراحل حياته المختلفة و أن تطور مراحل الحياة هو الذي يحقق سعادته النفسية التي تعكس شعوره بجودة الحياة

### 3- النظرية الإنسانية:

يرى المنظور الإنساني أن فكرة جودة الحياة تستلزم دائما الارتباط الضروري بين عنصرين الغني عنهما

- وجود كائن حي ملائم.

- وجود بيئة جيدة يعيش فيها هذا الكائن ذلك لان ظاهرة الحياة تبرز إلى الوجود من خلال التأثير المتبادل بين هذين العنصرين و لقد أكد هذا المنظور في تفسيره لجودة الحياة على مفهوم الذات.

### 4- النظرية التكاملية:

قدمت شرحا تكامليا لمفهوم جودة الحياة متخذا من مفاهيم السعادة ومعنى الحياة ونظام المعلومات البيولوجي والحياة الواقعية، و تحقيق الحاجات، فضلا عن العوامل الموضوعية الأخرى إطارا نظريا تكامليا لتفسير جودة الحياة، فان النظرية التكاملية تضع مؤشرات جودة الحياة أن شعور الفرد بالرضا هو الذي يشعره بجودة الحياة أن نضع أهدافا واقعية نكون قادرين على تحقيقها، أن نسعى إلى تغيير ما حولنا لكي يتلاءم مع أهدافنا، إن إشباع

الحاجات يؤدي بالضرورة إلى رضا الفرد و إلى شعوره بجودة (ساحسي، حنطاوي، 2021، ص22/23).

### 1-5- مظاهر جودة الحياة النفسية:

نستدل على جودة الحياة النفسية لدى الفرد من خلال مجموعة من مؤشرات السلوكية التي تدل في مجملها على توفر حالة من الرضا العام والشعور بالسعادة، ومثابرة في سبيل تحقيق أهدافه الشخصية مع الاحتفاظ بعلاقات اجتماعية إيجابية مع الآخرين، قد عرض دينيز عددا من المظاهر التي تدل على جودة الحياة النفسية وهي:

1. الرضا عن الحياة العامة .
2. القناعة في مجال محدد من الحياة كالدراسة أو العمل .
3. وجود الوجدان الإيجابي (الانفعالات السارة) بشكل متكرر .
4. الغياب النسبي للوجدان السلبي (الانفعالات السلبية ) والذي يتضمن الغضب والحزن والقلق، والاكتئاب واليأس، وتعد السعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل والأمل أقوى المشاعر التي تتضمنها جودة الحياة النفسية .
5. إشباع الحاجات: يعتقد ماسلو(1670) أن إشباع الحاجات الأساسية البيولوجية والنفسية والاجتماعية ومواجهة الصعاب يعد مصدرا أساسيا للشعور بالسعادة .
6. مواجهة الصراعات الشخصية: يقصد بها الصراع بين مكونات الشخصية الهو والأنا والأنا الأعلى .
7. الفعالية: كل شخص يمتلك استعداد موروثا لتحسين الذات، ولديه القدرة والدافع للاستفادة من خبراته وخبرات الآخرين (حسن علي، 2016، ص54/55).

### 1-6- مؤشرات قياس جودة الحياة النفسية:

مؤشرات لقياس جود الحياة هي:

1. مؤشرات الموضوعية : وتتمثل في مستوى المعيشة والخدمات الصحية وطول العمر والسكن ومستويات التعلم ومعدلات الوفيات والكثافة السكانية .
2. مؤشرات النفسية : وتتمثل في النمو الشخصي، الكفاءة المعرفية والكفاءة الاجتماعية والقدرة على التكيف والاستقلالية وشعور الفرد بالاكنتاب أو التوافق مع المرض .
3. مؤشرات الذاتية : وتتمثل بالرضا عن الحياة والسعادة والرفاهية النفسية والروح المعنوية وتقدير الذات والثقة (عبد الحفيظ غانم، 2021، ص714).
4. مؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها، فضلا عن ممارسة الفرد بالأنشطة الاجتماعية والترفيهية
5. مؤشرات المهنية: وتتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبها والقدرة على تنفيذ مهام وظيفته وقدرته على التوافق مع واجبات عمله.
6. مؤشرات الجسمية والبدنية: وتتمثل في رضا الفرد عن حالته الصحة والتعايش مع آلام النوم والشهية في تناول الغذاء (ذياب مالود، حياوي بديوي، 2022، ص 616).

### 1-7- جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة:

هناك العديد من المشكلات التي تواجه معلمي ومربي التربية الخاصة والتي تسبب عنها ضغوط النفسية لديهم، الأمر الذي أدى إلى عدم الرضا النفسي وضعف الالتزام بالعمل والعجز عن اتخاذ القرار المناسب مما يؤثر بالسلب عن جودة الحياة النفسية لديهم، وهذا يرجع إلى أن دور معلم التربية الخاصة يختلف عن دور المعلم العادي سواء كان يقدم خدمات للتلاميذ غير العاديين من ذوي الاحتياجات الخاصة أو الموهوبين في صفوف الدراسية الخاصة بهم، إن الشعور بجودة الحياة النفسية يمثل أمرا نسبيا، لأنها مرتبطة بالفرد مثل المفهوم الإيجابي للذات، والرضا عن الحياة وعن العمل، والحالة الاجتماعية، والسعادة التي يشعر بها الفرد، بحيث يعتبر معلم التربية الخاصة حجر الزاوية في العملية التعليمية التربوية والتأهيلية للأطفال غير العاديين، حيث أنه يتولى مهام شاقة في تعامله مع فئات خاصة من التلاميذ الذين يحتاجون الجهد والوقت الكبيرين ومن هنا تأتي أهمية اختيار معلم

التربية الخاصة يتمتع بجودة حياة نفسية عالية وخصائص شخصية ومهنية متميزة تمكنه من التعامل مع الأطفال ذوي التربية الخاصة كذلك تجعله يتفهم طبيعة مشكلاتهم والسعي نحو مساعدتهم للتغلب على هذه المشكلات واستثمار طاقاتهم بشكل أفضل، وينظر (ضميري، 2016) إلى أن جودة الحياة النفسية تتمحور حول مفهوم حياة إيجابية للفرد، وإلى مدى شعور الفرد بأنه يمارس حياته بشكل فعال وهادف، لا يعني أن على الفرد أن يشعر بأنه على ما يرام طوال الوقت، حيث ينظر إلى التجارب القاسية والمؤلمة، مثل: الفشل والحزن واليأس، على أنها جزء طبيعي من الحياة، والفرد الذي يتمتع بجودة الحياة النفسية تكون لديه القدرة على التعامل مع هذه الصدمات والمشاعر السلبية تاني تواجهه في حياته. إذا أردنا النهوض والرقى بذوي الاحتياجات الخاصة وخدمات التأهيلية والتعليمية والنفسية فلا بد من الاهتمام بفئة معلمي التربية الخاصة الذين يمارسون مهنة من أصعب المهن التي تحتاج إلى الجهد بدني ونفسي وجودة الحياة عالية وشخصية متزنة ومتوافقة ومتكيفة اجتماعيا ومهنيا مع من حوله في منظومة التربية والتعليمية أو المجتمعية.

# الفصل الثاني

## طبيعة الاتزان الانفعالي

- تمهيد

1.2. تعريف الاتزان الانفعالي

2.2. أهمية الاتزان الانفعالي

3.2. أبعاد الاتزان الانفعالي

4.2. النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي

5.2. سمات الشخص المتزن انفعاليا

6.2. طرق تحقيق الاتزان الانفعالي

7.2. الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة

- خلاصة

**تمهيد :**

يولد الكائن البشري مشبعا باستعدادات مختلفة الاستجابة لمواقف التي سيعيشها، يصبغ هذه الاستجابة طابع انفعالي معين يختلف ويتفاوت من فرد لآخر ومن موقف لغيره لذا عدت الانفعالات جانبا مهما من شخصية الإنسان ومقوما أساسا من مقوماتها، فعلى الرغم من تعددها واختلافها إلا أن ظهورها يبقى طبيعيا إذا ما كان مناسبا للموقف الذي سبب ظهورها، وما يميز الإنسان الذي يتمتع بالصحة النفسية وعلى قدر من السواء والقدرة على ضبط تلك الانفعالات والتحكم فيها دون إضرار بالكيان العام للشخصية، لضمان تفاعل بناء مع المثيرات البيئية والمواقف الاجتماعية، بمعنى تحقيق درجة من الاتزان الانفعالي الذي يعد أحد أبعد الشخصية الذي يمتد على شكل متصل مستمر من القطب الموجب الذي يمثله إلى القطب السالب الذي تمثله العصابية.

## 2-1- تعريف الاتزان الانفعالي:

تختلف الآراء وتتنوع المفاهيم حول الاتزان الانفعالي، يرجع هذا اختلاف وجهات نظر الباحثين والعلماء في الوصول إلى المستوى من الاتزان .

فيعرفه كاتل بأنه: يتمثل بالشخص الهادئ الذي يتسم بالثبات الانفعالي و تظهر عليه علامات قليلة من التهيج الانفعالي إزاء أي نوع من المعارضة و الغضب و يكون واقعا في الحياة منضبطا ذاتيا و مثابرا (أبو عويضة ، 2018، ص12).

هو حالة النضج العاطفي للفرد المرن بما يكفي لضبط استجابته العاطفية للحدث مع البقاء في تناغم مع محيطه، وهو أحد الجوانب الأساسية للشخصية، ويمتد من القطب الإيجابي الذي يمثل الاستقرار العاطفي، إلى القطب السالب الذي يمثل العصابية ( abdallah halabiyah, 2021,147).

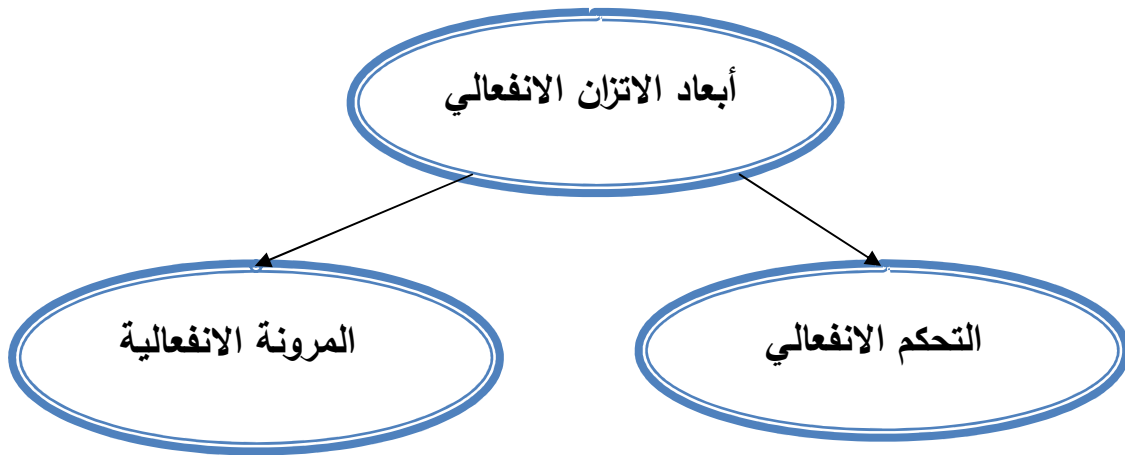
والاتزان الانفعالي هو الحالة التي يستطيع فيها الفرد إدراك الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح أو الفشل بشكل يساعده على اختيار وتحديد نوع الاستجابة وطبيعتها بما يتفق وطبيعة الموقف الذي يواجهه بما يسمح بإظهار استجابة ملائمة تنتهي بالفرد إلى التوافق مع البيئة والمساهمة الإيجابية في نشاطها، وفي الوقت نفسه تمنح الفرد حالة من الشعور بالرضا والسعادة نتيجة لتحقيقه جوانب إيجابية اتجاه التعامل مع المواقف (عبد الفتاح، 1990، ص70/71).

يعرفه المزيني بأنه: التحكم و السيطرة على الانفعالات و التعامل بالمرونة مع المواقف والأحداث الجارية منها والجديدة، مما يزيد من قدرته على قيادة المواقف و الآخرين ويعرفه احمد بأنه: قدرة الشخص على السيطرة على انفعالاته المختلفة والتعبير عنها بحسب ما

تقتضيه الظروف وبشكل يتناسب مع المواقف التي تستدعي هذه الانفعالات (أبو مصطفى، 2015م، ص34).

## 2-2- أبعاد الاتزان الانفعالي:

1. التحكم الانفعالي: المتمثل بقدرة الأفراد في التحكم بانفعالاتهم بدرجة عالية ومن خصائص هذا البعد الثبات الانفعالي والتروي والحكمة الانفعالية.
2. المرونة الانفعالية: وتتمثل بقدرة الأفراد على التكيف تكيف استجاباتهم الانفعالية بما يناسبها من مواقف خارجية (خنجر مزيد، 2019، ص217).



الشكل (2) يوضح أبعاد الاتزان الانفعالي (من إعداد الباحثين)

## 2-3- أهمية الاتزان الانفعالي:

ترى اشبير (2018) بأن أهمية الاتزان الانفعالي في مضمونه يكون في تحكم الفرد بذاته وسيطرته على استجاباته، وهي المرونة التي تمكن صاحبها من مواجهة المألوف، والمواقف الجديدة، وصميم الاتزان الانفعالي ينحصر في هذه المرونة، وعند عدم وجود اتزان انفعالي نلتقي بالجمود كنعيقض للمرونة (علي حمودة، 2020، ص20)، إذا يمثل الاتزان الانفعالي الجانب الصحي في شخصية الإنسان والذي يدل على الهدوء والثبات الانفعالي وضبط النفس والتنظيم الذاتي والكفاءة الانفعالية والمرونة في حين يمثل البعد الآخر أو القطب

السالب بعد العصابية والذي يدل على التوتر والقلق والاندفاع والعدائية(عويس محمد،2021، ص303)، وتتلخص أهمية الاتزان الانفعالي في أنه يعد محور جوهريا في حياة الإنسان، حيث إنه يرتبط بدرجة تكيف وتأقلم مع البيئة المحيطة به، لذلك يجب أن يتمتع الفرد بقدر عال من السيطرة من السيطرة والتحكم بمشاعره وانفعالاته، ويحدد الاتزان الانفعالي قدرة على تجنب المواقف التي تواجهه مثل مشاعر القلق، والإحباط، والخوف والاكثتاب، وأن يساعد الآخرين(علي حمودة، 2020، ص21).

## 2-4- النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي:

### 1. نظرية التحليل النفسي:

يعتمد المحللون النفسيون للانفعالات على بعض المفاهيم مثل : العدوان، والقلق، فعلى الرغم من أن فرويد قد اهتم في كتاباته بالقلق والعمليات اللاشعورية، إلا أنه أهمل الانفعالات واعتبرها عملية استجابة.

ويشير(مبارك،2008) إلى أن نظرية التحليل النفسي تنظر إلى أن توازن الإنسان بأنه توازن فسيولوجي ينبع من إشباع الغرائز، لهذا فان اغلب الناس بالنسبة لفرويد عصابيون بدرجة ما وإن الاتزان الانفعالي شيء مثالي، والصراع والقلق أمور محتمة على الإنسان وقد غالى فرويد كثيرا في تأكيده على الصراع الذي يحدث بين نظم الشخصية وهو السبب في الاضطراب التوازن النفسي، وهو صراع ذو طابع جنسي، وأخيرا فان فرويد عنى بدراسة الأشخاص غير الناضجين، والذين يعانون من الاضطرابات الانفعالية أكثر من عنايته الأصحاء الناضجين (أبو مصطفى، 2020، ص18).

### 2. نظرية النفسية الاجتماعية: تؤكد على أن الطبيعة الإنسانية مرنة وقابلة للتشكيل،

كذلك المجتمع مرن وقابل للتشكيل والتغيير أيضا، والعلاقة هنا تبادلية وهذه العلاقة تؤدي إلى التوازن النفسي للفرد، وهذا يعني أن الفرد يمكن أن يحقق الاتزان النفسي السليم

إذا ما نشأ في أسرة تسودها العلاقات السليمة والحب والاحترام المتبادل فضلا عن الأمن النفسي والذي يؤدي إلى فهم الحاجات وإشباعها، وتجمع هذه النظرية على أن قلقاً نتاج للمجتمع في علاقاته بأفراده، وفي علاقة الأفراد بعضهم ببعض، فالإنسان ليس قلق بالطبيعة ولكن ينشأ فيه القلق بفعل ظروف اجتماعية ينخرط فيها، فعدم إشباع حاجات الإنسان الأساسية نتيجة ظروف اجتماعية عاتقة تولد قلقا وان هذا القلق يؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي لدى الإنسان (سعيد مبارك، 2008، ص72).

### 3. نظرية السلوكية:

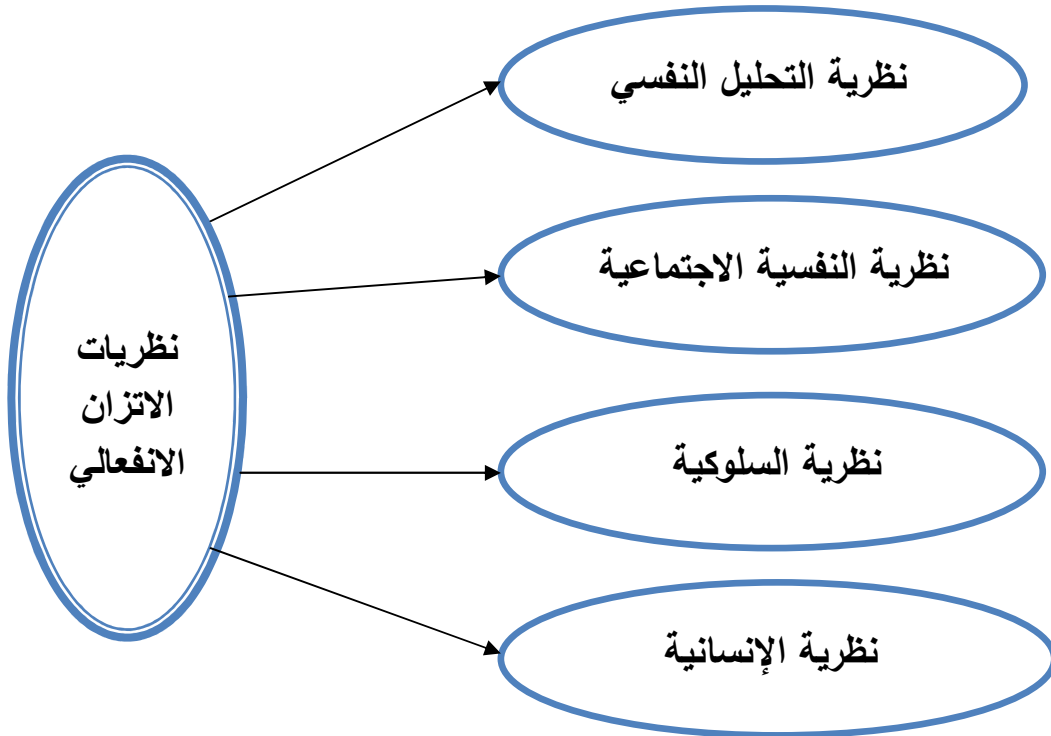
أن الإنسان بطبيعته مرن وقابل للتشكيل وكذلك المجتمع، والعلاقة هنا تبادلية بين الإنسان والمجتمع وهذه العلاقة هي التي تؤدي إلى التوازن الانفعالي للفرد، فالفرد الذي ينشأ في بيئته أسرية تسودها العلاقات السليمة والحب والاحترام المتبادل إضافة إلى الأمن النفسي تؤدي به هذه البيئة إلى إشباع الحاجات وتحقيقها، وان القلق ينشأ نتيجة لعلاقة الأفراد بالمجتمع وكذلك الأفراد بعضهم مع البعض الآخر، أن الإنسان بطبيعته ليس قلقا ولكن الظروف الأسرية تجعله قلقا فعدم إشباع الحاجات الأساسية يولد القلق نتيجة الظروف الاجتماعية العاتقة وبالتالي تؤدي إلى عدم الاتزان الانفعالي للفرد.

إن الانفعال ينشأ نتيجة الصراع الذي يتعرض له الفرد والذي يؤدي إلى ردود أفعال واستجابات غير متوافقة قد تسهم في فقدان الفرد السيطرة على سلوكه مما يؤدي به إلى فقدان توازنه الانفعالي، وتفسير هذه النظرية الانفعال من خلال العلاقة بين الفرد المنفعل وسبب الانفعال، وبالأخص الدور الذي يلعبه الفرد عند الانفعال، وتهتم هذه الاستجابات التي يبديها تجاه البيئة المحيطة به، وان الاتزان الانفعالي هو نتاج لعملية التعلم والتنشئة الاجتماعية للفرد إضافة إلى الظروف البيئية التي تعيقه عن الإحساس بالأمن المستقبلي أو تضعه دائما في مواقف اختبار ذات بدائل محدودة، والفرد الذي يتمتع بالاتزان الانفعالي الجيد ب:

1. اكتساب سلوك ناجح مقبول يساعد على التوافق مع نفسه والآخرين.
2. تجنب اكتساب سلوك ضار وغير مقبول اجتماعيا مما يهدد توافقه النفسي والاجتماعي
3. مواجهة المواقف التي يتعرض فيها للمثيرات التي تؤدي إلى التردد والخوف من المستقبل
4. معالجة الأزمات النفسية التي تنشأ عن الصراع الذي نشأ كنتيجة لمواقف الاختبار التي يجد الفرد فيها نفسه في مواجهتها (الحصناوي، 2020، ص 101، 102).

#### 4. نظرية الإنسانية:

أكد ماسلو على أهمية الاتزان الانفعالي من خلال ما قدمه من آراء أكد فيها على أن الإنسان له طبيعة جوهرية، وهي أما أن تكون خيرة طبيعية أو محايدة لكنها ليست شريرة وأن النمو الصحيح يقوم على تحقيق هذه الطبيعة باتجاه النضج كما أنه يحتاج لبيئة سليمة لتحقيق رغباته، حيث تؤكد الفلسفة الوجودية على القلق وشعور الفرد بالتهديد الناتج من شعور مرغوب به، وهي حالة تحفيز للفرد تجعله قادرا على توقع المخاطر ويعتقد الوجوديون أن البشر هم وحدهم قادرون على اتخاذ القرار (السيد بدوي، كامل، 2020، ص 187).



الشكل (3) يوضح نظريات الاتزان الانفعالي (إعداد الباحثين)

**2-5- سمات الشخص المتزن انفعاليا:**

قدرة الفرد على التحكم في انفعالاته وضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال وقدرته على الصمود والاحتفاظ هدوء الأعصاب وسلامة التفكير حيال الأزمات والشدائد.

1. أن تكون حياته الانفعالية ثابتة رصينة لا تتذبذب أو تتقلب لأسباب ومثيرات تافهة.
2. ألا يميل الفرد إلى العدوان وأن يكون قدرات على تحمل المسؤولية والقيام بالعمل والاستقرار فيه والمثابرة عليه أطول مدة ممكنة ( محمد حمدان، 2010، ص 39).
3. توازن جميع انفعالات الفرد في تكامل نفسي يربط بين جوانب الموقف ودوافع الشخص وخبراته.
4. قدرة الفرد على العيش في توافق اجتماعي وتكيف مع البيئة المحيطة والمساهمة بإيجابية والمثابرة عليه أطول مدو ممكنة.
5. قدرة الفرد على تكوين عادات أخلاقية ثابتة بفضل تحكمه في انفعالاته وتجميعها حول موضوعات أخلاقية (الشيبياني، 2023، ص 474).

**2-6- طرق تحقيق الاتزان الانفعالي:**

هناك مجموعة من الخطوات التي تساهم في خفض وتيرة الانفعال والقدرة على التحكم فيه منها:

- تحويل وفرغ الطاقة الانفعالية، لا شك أن الانفعال يخلف طاقة في الجسم لذلك على الفرد أن يحول هذه الطاقة نحو نشاط معين الأمر الذي يساهم في هدوءه وراحته الانفعالية.
- محاولة إيجاد استجابات تكون مضادة للخوف فالأفراد الذين يشعرون بالخوف ويرغبون في التخلص منه نجدهم يسلكون نشاطات مضادة بالخوف مما يساهم في التخلص من الشعور بالخوف بطريقة متدرجة.

- عند شعور الفرد بالتهيج والانفعال ممكن أن يدرّب نفسه على الاسترخاء الأمر الذي يخفّض الشعور بالانفعال ويرفع الشعور بالراحة والهدوء النفسي.
- يمكن أن يدرّب الفرد نفسه في أن يبني نظرة سهلة نسّم بالمرح نحو العالم المحيط به مما يجعله أقلّ عرضة للانفعال إزاء المواقف المختلفة.
- محاولة تجنب إصدار القرارات الهامة أثناء الشعور بالانفعال لأنها على الأغلب لا تكون سديدة .
- يحاول الفرد أن يتجنب المواقف التي يعرف مسبقاً أنها تثير انفعاله (الأعسم، 2020، ص40).

## 2-7- الاتزان الانفعالي لدى مربّي ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة:

إن الاتزان الانفعالي لدى مربّي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة يمثّل دوراً فعالاً ويلعب دوراً مهماً في فهم الجوانب المختلفة للمواقف التي تواجههم، كما تساهم في تعاملهم مع المواقف والمشكلات بشكل مرّن، حيث تكون ردود انفعالهم مناسبة في احتواء الموقف ورصد المواقف وردود الأفعال، وكذلك يتعامل بحنكة وذكاء مع المواقف التي تواجههم والذي يدل على قدراته المتزنة والقدرة على التعامل مع المواقف الضاغطة، كما أشار المشهراوي والمهدي (2022) في دراسته إلى أن قدرة الفرد في مواجهة ظروف وأحداث الحياة الضاغطة والمهددة والتعامل معها دون تعرض لصحته النفسية والجسمية إلى الاضطراب أو المرض المتمثل بقدرة الفرد على التحكم في ذاته وانفعالاته بطريقة تمكنه من إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين، وتوجيه أموره وحل مشكلاتهم الاعتماد على الآخرين، وموجهات الفشل والنكسات بأقل من الانزعاج والإحباط، ولا بد لمربي ومعلمي أن يراعي الحالة النفسية والإنسانية التي يمر بها الأطفال، وأن يتعامل بلطف ورزانة واتزان مع الأطفال التربوية الخاصة، كما جاء في قول الرسول صلى الله عليه وسلم (إن الرفق لا يكون في شيء إلا

زانه) رواه مسلم، والاتزان مع الوالدين والأطفال التربية الخاصة وبيئة العمل يدل على شخصية تتسم بنضج انفعالاته، والتي تنعكس على زملاء العمل وعلى الأطفال التربوية الخاصة، والاتزان الانفعالي أمر لا مفر منه وهو من الحاجات الأساسية اللازمة والمعززة للإنجاز بالعمل، والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية، وطبيعة العمل الشاقة تفرض على المربي والمعلم التحلي بالصبر والمرونة والأناة، وهي جوهر الاتزان الانفعالي.

حيث أشار(ريان،2006) في دراسته إلى أن الاتزان الانفعالي هو حالة التروي والمرونة الوجدانية حيال المواقف الانفعالية المختلفة التي تجعل الأفراد الذين يميلون لهذه الحالة أكثر سعادة، هدوء، تفاؤلاً، وثباتاً للمزاج، وثقة بالنفس أما، الأفراد الذين يعزفون عن هذه الحالة فليدهم مشاعر الدونية، وتسهل إثارتهم ، ويشعرون بالانقباض والكآبة والتشاؤم وتقلب المزاج.

#### خلاصة:

وفي الأخير يتضح مما سبق أن الاتزان الانفعالي أحد مكونات الشخصية وهو أساسها الذي يعتمد عليه والموجه للسلوك الدافع من النفس والمحرك للتصرفات الإيجابية كانت أم سلبية وأن الشخص المتزن انفعالياً يتسم بقدرته على التحكم في انفعالاته وضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال والتعامل معها دون تطرف أو مغالاة ولا يميل للعدوان، وقدرته على الصمود والاحتفاظ بهدوء أعصابه وسلامة تفكيره حيال الأزمات، وحياته الانفعالية ثابتة رصينة لا تتذبذب أو تتقلب لأسباب ومثيرات انفعالية تافهة.

الحبيب الطيِّف

# الفصل الثالث

## الاطار المنهجي للدراسة

- تمهيد

1.3. الدراسة الاستطلاعية

2.3. الدراسة الأساسية

3.3. منهج الدراسة

4.3. وعينة الدراسة وكيفية اختيارها

5.3. صف أدوات الدراسة وخصائصها السيكمترية

6.3. الأساليب الإحصائية المستخدمة

- خلاصة

**تمهيد**

ترتكز دقة النتائج التي يتوصل لها الباحث على صحة الإجراءات التي يتبعها والأدوات والأساليب التي يستخدمها أثناء إجراءه لبحثه.

فمن خلال الفصول السابقة للدراسة الحالية استعرضنا مفهوم كل من جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي بغية الوصول إلى تحديد إجرائي لتلك المفاهيم، بهدف الكشف عن العلاقة التي تربط جود الحياة النفسية بالاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة ببعض المدارس المتخصصة بالمسيلة .

لذا وبعد تطرقنا لمشكلة الدراسة وإطارها النظري، سنتحدث في هذا الفصل عن الدراسة الاستطلاعية من حيث العينة التي مثلتها مع الوصف لأدوات الدراسة بالإضافة إلى المنهج المستخدم وأدوات التحليل الإحصائي.

**3-1- الدراسة الاستطلاعية:**

تهدف الدراسة الاستطلاعية في أي بحث علمي إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث في دراستها، والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي، وكذا التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص38).

**أهدافها:**

يمكن تلخيص أهداف الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

- التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء هذه الدراسة.
- التعرف على كل ما يمكنه عرقلة عملنا ومختلف الصعوبات المحتمل مواجهتها .
- تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها ومختلف ظروفها.

- التقرب من أفراد العينة .

### عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت هذه العينة من (30) مربي ومعلم ذوي الاحتياجات الخاصة من بعض المراكز المتخصصة بالمسيلة، وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية تحديد أهم الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة النفسية ومقياس الاتزان الانفعالي حتى يتسنى لنا القيام بالدراسة الأساسية وفيما يلي نورد المواصفات بعينة الدراسة .

جدول رقم (01): مواصفات عينة الدراسة الاستطلاعية.

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	12	40%
	إناث	18	60%
	المجموع	30	100

### 3-2- الدراسة الأساسية:

#### منهج الدراسة:

المنهج هو الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة لاكتشاف الحقيقة وللإجابة على الأسئلة والاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث، وهو البرنامج الذي يحدد لنا السبيل للوصول إلى تلك الحقائق وطرق اكتشافها (محمد شفيق، 2001، ص86).

وعليه فإن موضوع الدراسة هو الذي يفرض على الباحث استخدام منهج معين دون غيره لذلك تختلف المناهج باختلاف المواضيع وحتى يتمكن الباحث من دراسة علمية، فإن تحديد المنهج المتبع في البحث يعد خطوة هامة وضرورية وتماشيا مع طبيعة هذه الدراسة التي تبحث عن جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي فقد اتبع المنهج الوصفي الذي

يعني بدراسة وتحليل الارتباط بين المتغيرات أي العلاقة القائمة بينهما ويصفها وصفا كميًا باستخدام مقاييس كمية (بشير صالح الرشيد، 2000، ص 67).

### 3-3- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

عادة ما تقتصر العلوم السلوكية في استخلاص تعميمها من البحوث التي تقوم بها على مجموعة من الأفراد يمثلون عينة مشتقة من المجتمع الأصلي للدراسة، ولقد حاولنا أن تكون العينة أكثر تمثيلاً للمجتمع الأصلي حتى يمكن الاعتماد على نتائجها كما في المجالات التالية :

#### أ- المجال المكاني :

أجريت هذه الدراسة بمدارس ومراكز التربية الخاصة بالمسيلة

#### ب- المجال البشري:

يتضمن المجال البشري عينة الدراسة من مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.

#### ج- المجال الزمني:

تم إجراء الدراسة في شقها الميداني خلال الموسم الدراسي (2023/2022).

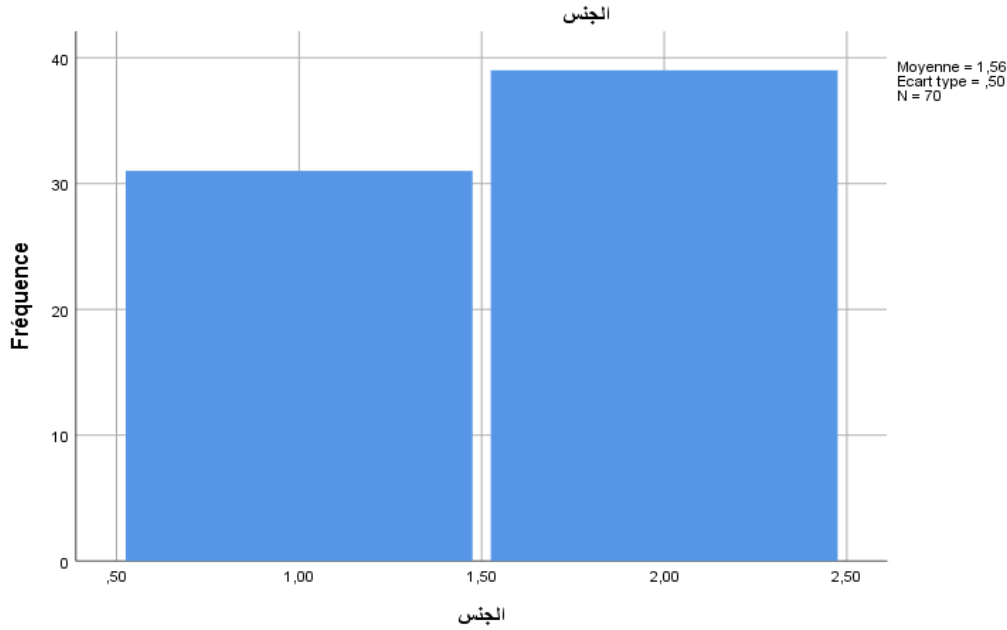
### 3-4- كيفية اختيار العينة الأساسية وحجمها:

تكونت العينة الأساسية من 70 مربي ومعلم لأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وقد تم اختيار العينة بطريقة عشوائية طبقية كما هو موضح في الجدول رقم (02):

جدول رقم (02) توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الجنس

النسبة المئوية	التكرار	الجنس
%44.3	31	ذكر
%55.7	39	أنثى
%100	70	المجموع

من خلال معطيات الجدول رقم (02) يتضح أن نسبة الذكور كانت 44,3% من أفراد العينة أما نسبة الإناث جاءت نسبتهم 55,7%، ويتضح من خلال الجدول أن نسبة الإناث تفوقت على الذكور.

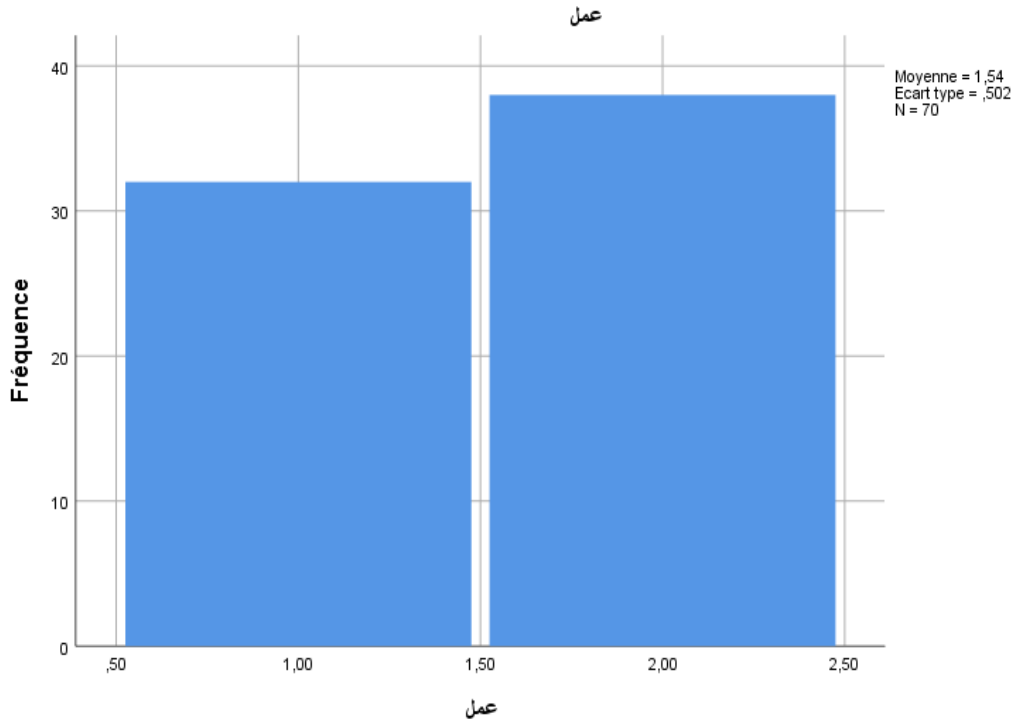


شكل رقم (01): توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث الجنس

جدول رقم (03) توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث طبيعة العمل

النسبة المئوية	التكرارات	طبيعة العمل
%45.7	32	مربي
%54.3	38	معلم
%100	70	مجموع

يتضح من خلال الجدول (03) أن نسبة مربي الأطفال 45.7% ، ونسبة معلمي الأطفال بلغت 54،30%



شكل رقم (02): توزيع أفراد عينة الدراسة من حيث طبيعة العمل

### 3-5- وصف أدوات الدراسة خصائصها السيكمترية:

اعتمدنا في هذه الدراسة على مقياسين مقياس جودة الحياة النفسية ومقياس الاتزان الانفعالي:

#### 1-مقياس جودة الحياة النفسية:

- وصف المقياس:

تم استخدام مقياس جودة الحياة النفسية أعده ياسر مهند (2019) والذي يتكون من 48 عبارة وأمام كل فقرة مقياس تقدير خماسي (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير

موافق بشدة، تتوزع فقرات المقياس على ستة أبعاد (تقبل الذات، العلاقات الاجتماعية الايجابية، الاستقلالية، التمكن البيئي، الغرض من الحياة، النمو والتطور الشخصي).

### الخصائص السيكومترية لمقياس جودة الحياة النفسية

صدق مقياس جودة الحياة النفسية:

أولاً: الصدق الظاهري: (Face Validity)

من أجل التحقق من الصدق الظاهري أو ما يعرف بصدق المحكمين لمقياس جودة الحياة النفسية على مجموعة من المتخصصين ممن يحملون درجة الدكتوراه في الإرشاد النفسي والتربوي، والقياس التقويم وقد بلغ عمرهن (13) محكما كما هو موضح في ملحق (ث) بهدف التأكد من المناسبة المقياس لما أعده من أجله، وسلامة صياغة الفقرات ومدى وضوحها، ومناسبتها للبعد الذي وضعت فيه، وقد تشكل المقياس في صورته الأولية من (55) فقرة موزعة على (6) مجالات، إذا اعتمد معيار الاتفاق (80%) كحد أدنى لقبول الفقرة، وقد حسب معيار الاتفاق بين المحكمين عن طريق معادلة كوبير (Cooper) إذا يرى (ماضي وعثمان، 1999)، أنه يمكن حساب صدق المحكمين عن طريق المعادلة الآتية:

$$\text{صدق المحكمين} = \frac{\text{عدد مرات الاتفاق}}{\text{عدد مرات الاتفاق} + \text{عدد مرات الاختلاف}} \times 100$$

وبناء على ملاحظات وآراء المحكمين أجريت التعديلات المقترحة، فقد حذفت 7 فقرات وعدلت 3 فقرات، واستنادا إلى ملاحظات المحكمين، فقد أصبح عدد فقرات أداة الدراسة 48 فقرة.

ثانيا : صدق البناء: (Construct validity)

للتحقق من صدق البناء للمقياس أعتمد الباحث صدق البناء باستخدام العينة الاستطلاعي للدراسة مكونة من 50 طالبا وطالبة من طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكرم، ومن خارج عينة الدراسة المستهدفة، واستخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج قيم معاملات

جدول رقم (04) ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه، ومع الدرجة الكلية للمقياس

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الفقرة
الاستقلالية			العلاقات الاجتماعية الإيجابية			تقبل الذات		
**0.65	**0.61	17	**0.47	**0.53	9	*0.34	**0.61	1
**0.49	**0.66	18	**0.48	**0.73	10	**0.38	**0.64	2
**0.62	**0.67	19	**0.45	**0.66	11	**0.48	**0.64	3
**0.64	**0.79	20	**0.37	**0.60	12	**0.38	**0.56	4
**0.55	**0.64	21	**0.43	**0.69	13	**0.63	**0.65	5
**0.64	**0.77	22	**0.37	**0.67	14	**0.54	**0.62	6
**0.55	**0.72	23	**0.37	**0.50	15	**0.39	**0.60	7
			**0.51	**0.54	16	**0.50	**0.59	8
**0.85 الاستقلالية			العلاقات الاجتماعية **0.69			تقبل الذات **0.75		

الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	الارتباط مع المجال	الفقرة
النمو والتطور			الغرض من الحياة			التمكن البيئي		
**0.54	**0.58	40	**0.54	**0.59	33	*0.35	**0.61	24
**0.43	**0.49	41	**0.5	**0.76	34	**0.38	**0.51	25
**0.52	*0.64	42	**0.48	**0.53	35	*0.36	**0.63	26
**0.52	**0.63	43	**0.38	**0.63	36	**0.50	**0.57	27
**0.45	**0.76	44	**0.46	**0.73	37	*0.30	**0.63	28
**0.39	**0.60	45	**0.40	**0.69	38	*0.32	**0.66	29
**0.44	**0.67	46	*0.35	**0.64	39	**0.60	**0.67	30
**0.39	**0.36	47				**0.50	**0.64	31
**0.53	**0.56	48				**0.58	**0.65	32
0.79	النمو والتطور		**0.67	الغرض من الحياة		**0.70	التمكن البيئي	

\*\*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) \*\*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.01$ )

يوضح الجدول قيم معاملات ارتباط فقرات مقياس جودة الحياة النفسية بالمجال الذي تنتمي إليه، وقيم معاملات ارتباط الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياس، كذلك قيم معاملات ارتباط كل مجال، مع الدرجة الكلية للمقياس (ن50) ويلاحظ من بيانات الجدول أن معاملات ارتباط الفقرات تراوحت ما بين (0.30\_0.79)، ويوضح ذلك أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائيا ( $\alpha \leq 0.05$ ) أو ( $\alpha \leq 0.01$ ) إذا ذكر جارسيا (2011)، أن قيمة معامل الارتباط التي تقل عن (0.30) تعتبر ضعيفة، والقيم التي تقع ضمن المدى (0.30- أقل أو يساوي 0.70) تعتبر متوسطة، والقيمة التي تزيد عن (0.70) تعتبر قوية، لذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات مقياس جودة الحياة النفسية .

## ثالثا: الصدق التمييزي: (Discriminative validity)

قام الباحث بإيجاد هذا النوع من الصدق الذي يطلق عليه أحيانا بصدق المقارنة الطرفية، إذا بين هذا الصدق قدرة المقياس على التمييز بين أصحاب القدرات العالية، أصحاب القدرات المنخفضة في سمة أو صفة ما، وقد حسب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للفئتين المتطرفين (27) من حجم العينة الاستطلاعية، على اعتبار أن هذه النسبة هي أكثر التقسيمات تمييزا للمستويات المتطرفة ما بين التميز والضعف، وهذا ما أكده (أبو حطب وعثمان وصادق، 2008)، ولدى استخدام اختبار (ت) كانت النتائج كما هو في الجدول:

جدول رقم (05) نتائج (ت) لدلالة الفروق في المتوسطات بين الفئة العليا والفئة الدنيا

المجال	المجموعة	العدد	المتوسط	الانحراف	قيمة (ت)	الدلالة
تقبل الذات	العليا	14	4.60	0.231	-8.071	*0.000
	الدنيا	14	3.46	0.477		
العلاقات الاجتماعية الايجابية	العليا	14	4.70	0.160	-9.708	*0.000
	الدنيا	14	3.41	0.469		
الاستقلالية	العليا	14	4.61	0.172	-	*0.000
	الدنيا	14	2.94	0.548		
التمكن البيئي	العليا	14	4.51	0.254	-	*0.000
	الدنيا	14	3.20	0.421		
الغرض من الحياة	العليا	14	4.53	0.198	-	*0.000
	الدنيا	14	3.08	0.500		
النمو والتطور	العليا	14	4.61	0.129	-	*0.000
	الدنيا	14	3.20	0.501		
الدرجة الكلية	العليا	14	4.41	0.129	-	*0.000
	الدنيا	14	3.40	0.352		

\*دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ )

يتضح من الجدول وجود فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية لاستجابات الطلبة في الفئة العليا والفئة الدنيا، وهذا مؤشر على الصدق التمييزي للمقياس وصلاحيته السيكومترية .

### ثبات مقياس جودة الحياة النفسية:

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، وزعت أداة على أفراد العينة الاستطلاعية، بهدف التحقق من ثبات الاتساق الداخلي للمقياس، أبعاد فقد استخدمت معادلة كرونباخ ألفا على بيانات التطبيق الأول للعينة الاستطلاعية، لأغراض التحقق من ثبات الإعادة للمقياس، وأبعاده فقد أعيد تطبيقه على العينة الاستطلاعية بفواصل زمني قدرة أسبوعان بين مرتي التطبيق، إذ أن الفاصل الزمني بين التطبيقين يجب أن لا يقل عن أسبوعين، وهذا ما أكده (أبو هشام، 2006)، من ثم حسب معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق، والجدول الموالي يوضح ثبات الاتساق الداخلي، والإعادة لمقياس جودة الحياة النفسية، وأبعاده:

**جدول رقم (06) قيم معاملات الثبات لمقياس جودة الحياة النفسية بطريقتي الاتساق الداخلي وإعادة الاختبار للمقياس ككل والأبعاد الفرعية**

البعد	عدد الفقرات	ثبات الإعادة	ألفا كرونباخ
تقبل الذات	8	**0.80	0.76
العلاقات الاجتماعية	8	**0.80	0.76
الاستقلالية	7	**0.91	0.82
التمكن البيئي	9	**0.77	0.80
الغرض من الحياة	7	**0.85	0.78
النمو والتطور الشخصي	9	**0.81	0.76
الدرجة الكلية	48	**0.85	0.92

يتضح من الجدول أن أقيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس جودة الحياة النفسية تراوحت ما بين (0.76-0.82)، كما يلاحظ أن معامل ثبات ألفا كرونباخ لدرجة الكلية بلغ (0.92)، وتعتبر هذه القيمة مرتفعة، كما تراوحت قيم معامل الاستقرار لثبات الإعادة ما بين (0.77-0.91)، ويتضح أم معامل ثبات الإعادة لدرجة الكلية بلغ (0.85) وتعتبر هذه القيم مناسبة لقياس ما وضعت لقياسه، وتحقيق أهداف الدراسة، فقد أكد سكران وبيحه بأن قيمة معامل الثبات تعد مقبولة من الناحية التطبيقية في البحوث النفسية والإنسانية إذا كانت قيمة معامل الثبات أكبر من (0.60).

**تصحيح مقياس جودة الحياة النفسية:** تكون مقياس جودة الحياة النفسية في صورته النهائية من (48) فقرة، موزعة على (6) أبعاد تمثل جميع الفقرات الاتجاه الايجابي لجودة الحياة النفسية، ويطلب من المستجيب تقدير إجاباته عن طريق تدرج ليكرت الخماسي، وأعطيت الأوزان للفقرات كما يلي: موافق بشدة (5) درجات، موافق (4) درجات، محايد (3) درجات وغير موافق (2)، وغير موافق بشدة (1) درجة، وبذلك تكون أعلى درجة في المقياس (240=48×5) وتكون أقل درجة (48=48×1) .

ولغايات تفسير المتوسطات الحسابية، ولتحديد مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة الدراسة، حولت العلامة وفق المستوى الذي يتراوح من (1-5) درجات، وتصنيف المستوى إلى ثلاث مستويات: عالية ومتوسطة ومنخفضة، وذلك وفقا للمعادلة الآتية:

$$1.33 \text{ الفئة طول} = \frac{\text{الحد الأعلى} - \text{الحد الأدنى (التدرج)}}{\text{عدد المستويات المفترضة}} = \frac{5-1}{3}$$

وبناء على ذلك، فإن تقدير مستويات الإجابة على مقياس تكون على النحو الآتي:

**جدول رقم (07) درجات احتساب مستوى جودة الحياة النفسية**

مستوى منخفض من جودة الحياة النفسية	2.33 فأقل
مستوى متوسط من جودة الحياة النفسية	3.67-2.34
مستوى مرتفع من جودة الحياة النفسية	5-3.68

- الخصائص السيكومترية لمقاييس جودة الحياة النفسية في الدراسة الحالية:

**أ. صدق المقياس: - طريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):**

وهي من أساليب حساب الصدق التكويني وصدق المحتوى، فبعد أن تم ترتيب التوزيع من أعلى درجة إلى أقل درجة للعينة الاستطلاعية والتي ضمت 30 مربي ومعلم من المدارس المتخصصة بالمسيلة، تم اختيار مجموعتين من طرفي التوزيع، تمثل إحداهما 27% من الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات، وثانيهما 27% من الذين حصلوا على أدنى الدرجات، وكان حجم كل مجموعة 08 من المربين والمعلمين، ثم استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وحسبت دلالة قيمة "ت" للفروق

**جدول رقم (08): الفروق في متوسطات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس جودة الحياة النفسية**

مستوى الدلالة	قيمة ت	أعلى 27%		أدنى 27%		البعد
		ع	م	ع	م	
0.01	23.46	1.22	14.23	1.12	18.94	تقبل الذات
0.01	25.55	2.36	16.36	3.35	24.98	العلاقات الاجتماعية
0.01	21.62	1.16	16.11	2.23	19.64	الاستقلالية
0.01	23.16	2.43	13.28	1.72	20.75	التمكن البيئي
0.01	26.10	1.25	12.13	2.04	25.94	الغرض من الحياة
0.01	21.09	2.19	15.41	3.18	20.98	النمو والتطور الشخصي
0.01	22.51	1.53	16.58	2.15	18.64	الدرجة الكلية

يتبين من الجدول رقم (08) أن قيم "ت" كلها دالة إحصائياً، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفض جودة الحياة النفسية مما يدل على صدقه.

ب- ثبات المقياس:

### 1- طريقة ألفا-كرونباخ

تم استخراج معامل ثبات مقياس جودة الحياة النفسية بهذه الطريقة لجميع أبعاد المقياس وكذلك للدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (09): معامل ألفا-كرونباخ لأبعاد مقياس جودة الحياة النفسية والدرجة الكلية

الرقم	معامل ثبات ألفا-كرونباخ
01	تقبل الذات
02	العلاقات الاجتماعية
03	الاستقلالية
04	التمكن البيئي
05	الغرض من الحياة
06	النمو والتطور الشخصي
	الدرجة الكلية
	0.82

يتضح من الجدول رقم (09) أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.82)

وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

**مقياس الاتزان الانفعالي:** تم استخدام مقياس الاتزان الانفعالي الذي أعدته ياسمين عمر

حلاوة 2016 مكونة من 39 بنداً، موزعة على بعدين، وبدائل إجابة خماسية (أوافق بشدة

أوافق، محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة).

**تصحيح المقياس:**

تكون المقياس في صيغته النهائية من (39) بندا، موزعة على بعدين، وبدائل إيجابية خماسية (أوافق بشدة، أوافق محايد، لا أوافق، لا أوافق بشدة)، حيث تعطى أوافق بشدة (خمسة درجات)، أوافق (أربع درجات)، ومحايد (ثلاث درجات)، ولا أوافق (درجتان)، ولا أوافق بشدة (درجة واحدة)، وذلك في العبارات الايجابية، أما في العبارات السلبية، فتعطي أوافق بشدة (درجة واحدة)، وأوافق (درجتان)، ومحايد (ثلاث درجات)، ولا أوافق (أربعة درجات)، ولا أوافق بشدة (خمسة درجات)، ووزعت العبارات الايجابية والسلبية على كل بعد من أبعاد المقياس على النحو الآتي: بعد التحكم بالانفعالات، ويشمل عدد من العبارات السلبية وهي (14، 15، 3، 4، 5، 6، 8، 9، 12، 13، 2، 1) وعبارات الايجابية (7، 10، 11، 16، 17، 18، 19)، أما بعد المرونة، فيشمل على عدد من العبارات الإيجابية وهي (1، 2، 3، 6، 9، 11، 13، 14، 16، 17، 19)، وعبارة سلبية وهي (4، 5، 7، 8، 10، 12، 15، 18، 20).

وانطلاقا مما سبق تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها أفراد عينة الدراسة بالنسبة لكامل عبارات المقياس هي (195) درجة، وأقل درجة هي درجة (39) درجة.

**صدق المقياس:** للتحقق من صدق المقياس اعتمدت الباحثة الطرق الآتية:

**صدق البنيوي:** تم سحب عينة عشوائية من طلبة الصف الثاني الثانوي المهني بفروعه (صناعي، تجاري، فني، معلوماتية)، بلغت (80) طالبا وطالبة، وهي من خارج عينة الدراسة الأساسية للتحقق من صدق البناء بدراسة الاتساق الداخلي للمقياس.

وقامت الباحثة بعدة خطوات للتأكد من الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس، وذلك كما هو موضح في الجداول نوات الأرقام (10) و(11):

## جدول (10) معاملات الارتباط لبنود مقياس الاتزان الانفعالي مع درجته الكلية

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
0.40**	27	0.52**	14	0.62**	1
0.50**	28	0.47**	15	0.43**	2
0.62**	29	0.50**	16	0.44**	3
0.45**	30	0.42**	17	0.40**	4
0.56**	31	0.52**	18	0.72**	5
0.54**	32	0.51**	19	0.59**	6
0.57**	33	0.50**	20	0.73**	7
0.67**	34	0.47**	21	0.58**	8
0.59**	35	0.50**	22	0.66**	9
0.70**	36	0.41**	23	0.72**	10
0.59**	37	0.67**	24	0.56**	11
0.64**	38	0.54**	25	0.70**	12
0.57**	39	0.45**	26	0.69**	13

\*\*دال عند مستوى دلالة 0.01

يلاحظ من الجدول أن معاملات ارتباط بنود مقياس الاتزان الانفعالي مع درجته الكلية هي دالة جميعها عند مستوى دلالة (0.01).

معاملات ارتباط بنود كل بعد من أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع الدرجة الكلية للبعد

قامت الباحثة باستخراج معاملات ارتباط بنود كل بعد من أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع الدرجة الكلية لهذا البعد باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وكانت النتائج على النحو الآتي:

## جدول (11) معاملات الارتباط لبنود مقياس الاتزان الانفعالي مع درجة البعد

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
<b>التحكم بالانفعالات</b>					
0.49**	15	0.62**	8	0.54**	1
0.58**	16	0.76**	9	0.40**	2
0.40**	17	0.46**	10	0.45**	3
0.57**	18	0.72**	11	0.40**	4
0.57**	19	0.46**	12	0.83**	5
		0.81**	13	0.63**	6
		0.54**	14	0.82**	7
<b>بعد المرونة</b>					
0.74**	34	0.47**	27	0.57**	20
0.77**	35	0.45**	28	0.49**	21
0.75**	36	0.72**	29	0.53**	22
0.65**	37	0.52**	30	0.46**	23
0.69**	38	0.63**	31	0.58**	24
0.59**	39	0.54**	32	0.48**	25
		0.56**	33	0.42**	26

\*\*دال عند مستوى دلالة 0.01

يلاحظ من الجدول أن معاملات ارتباط بنود كل بعد من أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع الدرجة الكلية لهذا البعد هي دالة جميعها عند مستوى دلالة (0.01).

معاملات ارتباط أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع بعضها بعضا ومع الدرجة الكلية للمقياس:

استخرجت الباحثة معاملات ارتباط معاملات ارتباط أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع بعضها بعضا ومع درجته الكلية باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وفيما يلي الجدول الآتي يوضح ذلك :

**جدول رقم (12)** يبين معاملات ارتباط أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع بعضها بعضا ومع الدرجة الكلية للمقياس:

الدرجة الكلية للمقياس	المرونة	التحكم بالانفعالات	البعد والدرجة الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي
		1	التحكم بالانفعالات
	1	0.73**	المرونة
1	0.94**	0.92**	الدرجة الكلية للمقياس

\*\*دال عند مستوى دلالة 0.01

يلاحظ من الجدول (12) أن معاملات ارتباط أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي مع بعضها بعضا ومع درجته الكلية ، هي دالة جميعها عند مستوى دلالة (0.01).

**ثبات المقياس:**

استخرج الثبات الخاص بالمقياس بالطرق الآتية:

**الثبات بالإعادة (Test-Retest Method)**

لحساب ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة هوامها 80 طالبا وطالبة من طلبة الصف الثاني الثانوي المهني، وبفاصل زمني مقداره (15) يوما بين التطبيقين وقد جري استخراج معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية عن طريق حساب معامل ارتباط (بيرسون Pearson) بين التطبيق الأول والثاني وذلك بتاريخ (2-2014/11/3).

**ثبات التجزئة النصفية (Split-Half):**

كذلك استخراج معامل ثبات التجزئة النصفية على العينة نفسها من التطبيق الأول باستخدام معادلة سيبرمان - براون (Spearman- Brown)، حيث تم حساب معامل الارتباط بين فقرات المقياس الفردية والزوجية

**ثبات الاتساق الداخلي (Internal Consistency):**

تم حساب معامل الاتساق الداخلي للعينة نفسها باستخدام معادلة ألفا كرونباخ (cronbach alpha)، ويبين الجدول الموالي نتائج معاملات الثبات.

**جدول رقم (13) ثبات الإعادة والتجزئة النصفية وألفا كرونباخ لمقياس الاتزان الانفعالي**

م	أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي	الثبات بالإعادة	التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ
1	بعد التحكم بالانفعالات	0.63**	0.87	0.890
2	بعد المرونة	0.66**	0.88	0.899
	الدرجة الكلية للمقياس	0.74**	0.90	0.937

دال عند مستوى دلالة 0.01\*\*

بالنظر إلى الجدول (13) يلاحظ أن معاملات ثبات الإعادة تراوحت بين (0.63) في بعد التحكم بالانفعالات إلى (0.74) في الدرجة الكلية للمقياس، وهذه المعاملات اعد جيدة ومقبولة لأغراض الدراسة .

أما معاملات ثبات التجزئة النصفية، فقد تراوحت بين (0.87) في البعد التحكم بالانفعالات إلى (0.90) في الدرجة الكلية للمقياس، وتعد معاملات ثبات التجزئة النصفية أيضا جيدة ومقبولة لأغراض الدراسة .

أما معاملات الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ، فقد تراوحت ما بين (0.890) في بعد التحكم بالانفعالات إلى (0.937) في الدرجة الكلية للمقياس، وهي ا معاملات ثبات مقبولة

ويتضح مما سبق أن جميع أبعاد المقياس تتصف بدرجة جيدة من الصدق والثبات.

- الخصائص السيكومترية لمقاييس الاتزان الانفعالي في الدراسة الحالية:

أ. صدق المقياس: - طريقة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):

وهي من أساليب حساب الصدق التكويني وصدق المحتوى، فبعد أن تم ترتيب التوزيع من أعلى درجة إلى أقل درجة للعينة الاستطلاعية والتي ضمت 30 مربي ومعلم من المدارس المتخصصة بالمسيلة، تم اختيار مجموعتين من طرفي التوزيع، تمثل إحداها 27% من الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات، وثانيهما 27% من الذين حصلوا على أدنى الدرجات، وكان حجم كل مجموعة 08 من المربين والمعلمين، ثم استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وحسبت دلالة قيمة "ت" للفروق

جدول رقم (14): الفروق في متوسطات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي

مستوى الدلالة	قيمة ت	أعلى 27%		أدنى 27%		البعد
		ع	م	ع	م	
0.01	20.95	2.25	17.33	2.27	22.13	بعد التحكم بالانفعالات
0.01	24.35	1.78	19.57	2.55	26.09	بعد المرونة
0.01	21.76	2.56	19.18	2.42	24.59	الدرجة الكلية

يتبين من الجدول رقم (14) أن قيم "ت" كلها دالة إحصائياً، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين مرتفعي ومنخفض الاتزان الانفعالي مما يدل على صدقه.

ب- ثبات المقياس:

1- طريقة ألفا-كرونباخ

تم استخراج معامل ثبات مقياس الاتزان الانفعالي بهذه الطريقة لجميع أبعاد المقياس وكذلك للدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي يوضح ذلك:

**جدول رقم (15):** معامل ألفا-كرونباخ لأبعاد مقياس الاتزان الانفعالي والدرجة الكلية

الرقم	أبعاد مقياس الاتزان الانفعالي	معامل ثبات ألفا كرونباخ
01	بعد التحكم بالانفعالات	0.91
02	بعد المرونة	0.85
	الدرجة الكلية	0.87

يتضح من الجدول رقم (15) أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.87)

### 3-6- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تمت معالجة البيانات باستخدام الحاسب الآلي من خلال برنامج SPSS الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية، بشكل مختصر مبسط وذلك بعد عرضها على هيئة جداول وتتمثل المعالجات التي تمت للبيانات الإحصائية فيما يلي:

- ❖ النسب المئوية للبيانات لإعطاء صورة سريعة عن عينة الدراسة والبيانات الأولية.
- ❖ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري، الوسيط، المنوال، أدنى وأعلى درجة من أجل لمعرفة الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة.
- ❖ معامل الارتباط بيرسون للتعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرين.
- ❖ اختبار t-test لمعرفة الفروق في المتوسطات للإجابة.

**خلاصة:**

تكمن أهمية الفصل المنهجي في كونه الأساس الذي تقوم عليه الدراسة ككل وهو يهدف إلى جمع البيانات والمعطيات المتوفرة التي تستخدم في الدراسة وتؤدي إلى اختيار فروضها وقد ركزها في هذا الفصل على أن يضم كل من الدراسة الاستطلاعية، الدراسة الأساسية، منهج الدراسة، العينة، وكيفية اختيارها أدوات، خصائصها السيكمترية أهم الأساليب التي تمت بها معالجة المعلومات.

## عرض ومناقشة نتائج الدراسة

### تمهيد:

يشتمل هذا الفصل على عرض للنتائج التي توصلت إليها الباحثة على وفق أهداف البحث الحالي، فضلاً عن مناقشة تلك النتائج في ضوء البيانات والنظريات والدراسات السابقة المعتمدة في الدراسة، ومن ثم الخروج بمقترحات بالاستناد إلى تلك النتائج.

### 1.4. عرض نتائج الدراسة:

سوف يتم في البداية عرض الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة.

#### 1.1.4. الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة:

من أجل معرفة الخصائص الوصفية الإحصائية لمتغيرات الدراسة تم إيجاد أدنى وأعلى درجة، المتوسط، والانحراف المعياري، والوسيط، والمنوال، لمتغيرات الدراسة كما بالجدول:

جدول رقم (16) الإحصاء الوصفي لمتغيرات الدراسة

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	المنوال	التباين
الاتزان الانفعالي	123.81	16.13	122.50	115.00	260.18
جودة الحياة النفسية	205.82	19.06	203.50	188.00	70.82

وفيما يلي عرض للنتائج المترتبة على اختبار كل فرضية من فرضيات الدراسة بحسب ترتيبها.

## 2.1.4. عرض نتائج الفرضية الأولى:

مستوى جودة الحياة النفسية لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة . وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم الرجوع للمتوسط الحسابي والفرضي وحساب الانحراف المعياري، والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم(17).

جدول رقم(17): المتوسط الحسابي والنظري والانحراف المعياري لمقياس جودة الحياة النفسية.

المتغير	العينة	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة
جودة الحياة النفسية	70	144	205.82	19.06	27.13	0,01

من خلال الجدول (17) أعلاه يتضح أن متوسط درجات مربى ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة على مقياس جودة الحياة النفسية بلغ للمقياس ككل (205.82) وبانحراف معياري(19.06) مما يدل على أن مربى ومعلمي الأطفال لديهم جودة الحياة نفسية مرتفعة.

## - معنوية الوسط الحسابي لمقياس جودة الحياة النفسية :

وبهدف التحقق من معنوية الوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس جودة الحياة النفسية فقد تم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة ( t.test for one sample ) وأظهرت النتائج أن قيمة t المحسوبة (27.13) عند درجة حرية (69) وهي قيمة دالة إحصائيا لصالح وسط العينة الأمر الذي يدل على أن أفراد العينة لديهم جودة حياة نفسية مرتفعة وبدرجة دالة إحصائيا.

## 3.1.4 عرض نتائج الفرضية الثانية:

مستوى الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة. وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم الرجوع للمتوسط الحسابي والفرضي وحساب الانحراف المعياري، والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (18).

جدول رقم (18): المتوسط الحسابي والنظري والانحراف المعياري لمقياس الاتزان الانفعالي

المتغير	العينة	الوسط النظري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة
الاتزان الانفعالي	70	177	123.81	16.13	3.53	0,01

من خلال الجدول (18) أعلاه يتضح أن متوسط درجات مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة على مقياس الاتزان الانفعالي بلغ للمقياس ككل (123.81) وبانحراف معياري (16.13) مما يدل على أن مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة لديهم اتزان انفعالي مرتفع.

- معنوية الوسط الحسابي لمقياس الاتزان الانفعالي: وبهدف التحقق من معنوية الوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس الاتزان الانفعالي فقد تم تطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة ( t.test for one sample ) وأظهرت النتائج أن قيمة t المحسوبة (3.53) عند درجة حرية (69) وهي قيمة دالة إحصائياً لصالح وسط العينة الأمر الذي يدل على أن أفراد العينة لديهم اتزان انفعالي مرتفع وبدرجة دالة إحصائياً.

## 4.1.4 عرض نتائج الفرضية الثالثة:

توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة.

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاختبار العلاقة بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي لدى عينة من مربى ومعلمي الأطفال والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (19).

**جدول رقم (19):** معامل الارتباط بيرسون بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي لدى أفراد العينة.

العينة	المقياس	قيمة معامل بيرسون	مستوى الدلالة
70	جودة الحياة النفسية	0.14	دالة عند 0.05
	الاتزان الانفعالي		

يتضح من الجدول وجود علاقة إرتباطية بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.14) وهي قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05)، وتشير نتيجة هذه الفرضية إلى وجود علاقة إرتباطية ايجابية بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي؛ وتعني أنه كلما زاد مستوى جودة الحياة النفسية زاد الاتزان الانفعالي

وبناء على ما تقدم فإنه يمكن القول أن الفرضية الثالثة تحققت والتي تنص على أنه توجد علاقة إرتباطية بين درجات جودة الحياة النفسية ودرجات الاتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة.

## 5.1.4. عرض نتائج الفرضية الرابعة :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربّي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في جودة الحياة النفسية وفق متغير الجنس والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (20).

جدول رقم (20): قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير الجنس

مستوى الدلالة	قيمة ت	الذكور ن = 31		الإناث ن = 39		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
غير دالة	0.23	20.94	205.22	17.68	206.30	جودة الحياة النفسية

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (0.23) للمقياس ككل، وهي قيمة غير دالة إحصائية مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة النفسية، وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية نجد أن متوسطات الذكور متقاربة بشكل كبير مع متوسطات الإناث مما يدل على عدم وجود فروق لمتغير الجنس، في جودة الحياة النفسية.

وبناء على ما تقدم فإنه يمكن القول أن الفرضية الرابعة لم تتحقق والتي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربّي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.

## 6.1.4. عرض نتائج الفرضية الخامسة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير الجنس .

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في الاتزان الانفعالي وفق متغير الجنس والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (21).

جدول رقم (21): قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس.

مستوى الدلالة	قيمة ت	الذكور ن = 31		الإناث ن = 39		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
غير دالة	0.18	18.24	123.41	14.47	124.12	الاتزان الانفعالي

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (0.18) للمقياس ككل، وهي قيمة غير دالة إحصائياً مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاتزان الانفعالي، وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية نجد أن متوسطات الذكور متقاربة بشكل كبير مع متوسطات الإناث مما يدل على عدم وجود فروق في متغير الجنس، في الاتزان الانفعالي.

وبناء على ما تقدم فإنه يمكن القول أن الفرضية الخامسة لم تتحقق والتي تنص على أنه توجد وجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير الجنس.

## 7.1.4. عرض نتائج الفرضية السادسة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربي و معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير طبيعة العمل .

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في جودة الحياة النفسية وفق متغير طبيعة العمل والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (22).

جدول رقم (22): قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير طبيعة العمل .

مستوى الدلالة	قيمة ت	معلم ن = 38		مربي ن = 32		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
غير دالة	0.58	19.05	204.60	19.27	207.28	جودة الحياة النفسية

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (0.58) لمقياس جودة الحياة النفسية وهي قيمة غير دالة إحصائياً مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في جودة الحياة النفسية تعزى لمتغير طبيعة العمل.

وبناء على ما تقدم فإنه يمكن القول أن الفرضية الثامنة لم تتحقق وهي التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لمتغير طبيعة العمل.

## 8.1.4 عرض نتائج الفرضية السابعة:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير طبيعة العمل

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب قيمة (ت) باستخدام اختبار (T-Test) لتحديد دلالة الفروق في الاتزان الانفعالي وفق متغير طبيعة العمل والنتائج الخاصة بذلك موضحة في الجدول رقم (23)

جدول رقم (23): قيمة (ت) لدلالة الفروق في متوسطات درجات الاتزان الانفعالي تعزى لمتغير طبيعة العمل.

مستوى الدلالة	قيمة ت	معلم ن = 38		مربي ن = 32		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
0.01	*2.41	17.75	127.94	12.53	118.90	الاتزان الانفعالي

من قراءة الجدول السابق يتضح أن قيمة (ت) تساوي (2.41) وهي قيمة غير دالة إحصائياً مما يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في الاتزان الانفعالي، وبالرجوع إلى المتوسطات الحسابية نجد أن متوسط معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة أعلى من متوسط مربي ذوي الاحتياجات الخاصة مما يدل على وجود فروق في الاتزان الانفعالي وفق طبيعة العمل.

وبناء على ما تقدم فإنه يمكن القول أن الفرضية التاسعة تتحقق وهي التي تنص على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لطبيعة العمل لصالح المعلمين.

## 2.4. مناقشة نتائج الدراسة:

إن عرض نتائج الدراسة في الجداول السابقة يحتاج إلى تفسير ومناقشة، لذا سوف نخصص العنصر الموالي لمناقشة نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات التي تم الانطلاق منه بحسب ترتيبها:

### - مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرض الأول كما هو موضح في الجدول رقم (17) قد ثبت صحته، من خلال النتائج المتوصل إليها أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى عينة من مربي و معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة مرتفع.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بوعبد الله بلقاسمي، مسعودي أمحمد (2020)، التي كانت تهدف إلى التعرف على مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19، توصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل تأثيرات جائحة كوفيد 19 مرتفع.

واختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة عدنان محمد عبده القاضي (2020)، التي كانت تهدف إلى التعرف على أساليب التفكير و جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى جودة الحياة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس أقل من المتوسط الفرضي، وتشير هذه النتائج من خلال عرضها أن معلمي و مربي ذوي الاحتياجات الخاصة لديهم مزيجا مرتفعا من الصفات النفسية (تقبل الذات، العلاقات الاجتماعية، الاستقلالية، التمكن البيئي، الغرض من الحياة، النمو والتطور الشخصي) والتي قد تقودهم إلى تحقيق جودة حياة نفسية مرتفع كما يظهر، فالمعلمين والمربين لديهم جودة الحياة النفسية مرتفعة، وهذا في ضوء ما يمتلكه معلم والمربي من قدرات في تحمل الضغوط بصفة عامة، والضغوط العمل بصفة خاصة، وتمتع بالصحة النفسية والرضا عن النفس

وأكثر صلابة وتوافقا وقدرة على المواجهة وأقل اكتئابا، ورغم ذلك لا يمكن أن نتغاض بأنهم أكثر عرضة للتوتر والإجهاد النفسي بسبب مواجهتهم لمتطلبات العمل بجانب مسؤوليات أخرى كالحياة الزوجية والأسرية وما إلى ذلك، و يمكن عزو هذه النتيجة إلى مستوى الوعي والتعليم والرقي الفكري والأخلاقي المرتفع لدى معلمي ومربي انعكس على الحالة النفسية والمزاجية مما أدى إلى شعورهم بجودة الحياة النفسية واهتمام مدارس التربية الخاصة بتوفير الاحتياجات والخدمات اللازمة لمعلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة داخل المدرسة ومن أجل رفع مستويات جودة الحياة النفسية لديهم وهذا يحقق لهم الرفاهية النفسية والشعور بالسعادة النفسية داخل المدرسة وخارجها وتكيفهم بحيث تعد جودة الحياة النفسية مطلبا أساسيا في تحقيق التوازن النفسي.

#### - مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرض الثاني كما هو موضح في الجدول رقم(18) قد ثبت صحته، من خلال النتائج المتوصل إليها أن مستوى الاتزان الانفعالي لدى عينة من مربي معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة لديهم مرتفع.

اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة عبد المالك، باهي سلامي، علي عون(2019) التي كانت تهدف إلى التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي المرحلة الابتدائية وإلى التعرف على الفروق في الاتزان الانفعالي حسب كل من الجنس والمؤهل العلمي والخبرة، وقد بينت النتائج أن معلمي المرحلة الابتدائية ببعض المدارس بمدينة الاغواط يتمتعون بمستوى منخفض من الاتزان الانفعالي.

اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بوديار، بوقفة(2021)، التي كانت تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين الاتزان الانفعالي وجودة الحياة لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوية محمد بلخير ولاية قالمة، وقد توصلت نتائج إلى أن مستوى الاتزان الانفعالي وجودة الحياة لديهم متوسط .

وتشير هذه النتائج من خلال عرضها أن معلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة يتمتعون بمستوى مرتفع من الاتزان الانفعالي وهذا راجع إلى إدراك المعلم والمربي لجميع الظروف التي تؤدي إلى خلق السلوك غير المتوازن هو تفسيرهم للموقف المثير للانفعال وللإستجابات الحشوية والعضلية التي تحدث لهم.

ومن الأسباب الرئيسية للإجهاد النفسي للمعلم والمربي تتمثل في: العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة، الزيادة في عبء العمل وتعدد المهام المطلوبة، ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل، وتوصلت العديد من الدراسات أن أكثر العوامل تأثيراً في تكيف المدرس هي ضعف الصلة بين المعلم والمربي والإدارة المدرسية، انخفاض الرواتب، شروط عمل المعلم والمربي الموقفية المتعلقة بساعات العمل والعلاقة مع الإدارة ومع التلاميذ.

وبالتالي يتحقق الاتزان الانفعالي من خلال إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى خلق السلوك غير المتوازن، ومعالجة السلوك والظروف ذات العلاقة وتسجيلها وذلك لتعزيز البديل المهم، فضلاً عن مكافأة السلك المرغوب فيه.

كما أكد ماسلو من خلال ما قدمه من آراء على أن الإنسان له طبيعة جوهريّة أو محايدة لكنها ليس شريرة و أن النمو الصحيح يقوم على تحقيق هذه الطبيعة باتجاه النضج كما أنه يحتاج لبيئة سليمة لتحقيق رغباته وتطلعاته .

#### - مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرضية الثالثة كما هو موضح في الجدول (19) قد ثبت صحته، نستنتج انه توجد علاقة ارتباطيه ايجابية ذات دلالة إحصائية بين درجات جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي لدى عينة من مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة السلامين، افنان امحمد(2018) التي كانت تهدف إلى التعرف على جودة الحياة و علاقتها بمستوى الطموح المستقبلي لدى عينة من طلبة للبرنامج العادي والمكثف في كلية التربية في جامعة خليل، وقد توصلت النتائج أن هناك علاقة موجبة طردية بين جودة الحياة والطموح المستقبلي لدى طلبة البرنامجين.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة مجده السيد الكشكي، محمد الضبان(2017) التي كانت تهدف إلى التعرف على دور جودة الحياة الأسرية كمتغير وسيط في العلاقة بين الأمن الفكري وأحادية الرؤية، بالإضافة إلى التعرف على العلاقة بين الأمن الفكري وجودة الحياة الأسرية وأحادية الرؤية، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة الأسرية وبين الأمن الفكري.

واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بن شبيبة دنيا(2018) التي كانت تهدف إلى الكشف عن علاقة الارتباطين بين الاتزان الانفعالي والقدرة على حل المشكلات لدى الطالب الجامعي قسم العلوم الاجتماعية، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه بين الاتزان الانفعالي والقدرة على حل المشكلات لدى الطالب الجامعي قسم العلوم الاجتماعية.

هذا يعني انه كلما زادت درجات جودة الحياة النفسية زاد الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة، لأن جودة الحياة النفسية لديهم تجعلهم يميلون إلى الإحساس الايجابي بحسن الحال كما يرصد بالمؤشرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رضا المرء عن ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق الأهداف الشخصية المقدره وذات قيمة ومعنى بالنسبة لهم، واستقلاليتهم في تحديد وجهة ومسار حياتهم، وإقامتهم لعلاقات اجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين والاستمرار فيها و هذا ما استندت إليه من خلال تعريف كارل رايف، وعندما يكون هناك عدم وجود جودة حياة نفسية جيدة، فأنهم يميلون إلى الشعور بعدم الرضا وعدم التحكم في الانفعالات بالإضافة إلى عدم الراحة في علاقة المعلم والمربي، بالتالي تحدث صراعات وعدم الإنتاجية في طبيعة العمل.

إضافة إلى أن المعلم والمربي لديهم تفاعل في حياتهم العملية وبالتالي يكون لديهما احتياجات كثيرة وعقبات وصراعات وأهداف بطبيعة كل شخص وجنسه ومصالح المشتركة وهذا ما جاء في نظرية التحليلية لآلان الانفعالي أن أغلب الناس بالنسبة لفرويد عصبون بدرجة ما وإن الاتزان الانفعالي شيء مثالي، والصراع والقلق أمور محتمة على الإنسان وقد غالى فرويد كثيرا في تأكيده على الصراع الذي يحدث بين نظم الشخصية وهو السبب في الاضطراب التوازن النفسي.

وتحسين جودة الحياة النفسية يتحدد بضبط مستوى عال من الاتزان الانفعالي في جميع الجوانب النفسية والاجتماعية والشخصية والانفعالية والجنسية وإثارة الفرد تجعله قادرا على توقع المخاطر المحتملة في حياته.

#### - مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرضية الرابعة كما هو موضح في الجدول رقم (20) أنه لم تثبت صحة الفرضية، حيث أسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جودة الحياة النفسية.

اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة فواظمية محمد (2017) التي كانت تهدف إلى إيجاد مستوى جودة الحياة النفسية ومعرفة ما إذا كانت توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة ترجع إلى الجنس والسن والخبرة و توصلت الدراسة إلى انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة ترجع إلى الجنس والسن والخبرة

اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة إيمان علي، باقيس، أفراح حسين عبود(2022) التي كانت تهدف إلى الكشف عن مستوى جودة الحياة الأسرية والتوافق النفسي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية بمدينة جدة، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين

جودة الحياة الأسرية والتوافق النفسي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في جميع أبعاد جودة الحياة الأسرية ما عدا التفاعل الأسري.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن معلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة من كلا الجنسين لديهم نسبة من جودة الحياة النفسية تقارب كلاهما لأن كل منهما يعتبر من أقوى مؤشرات المتعلقة بصحتهم النفسية وفي ضوء ما تشير إليه الأطر النظرية فهناك مجموعة من العوامل التي تؤثر على جودة الحياة النفسية للأفراد بصفة عامة ولمعلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة خاصة ومن أهم هذه العوامل: المستوى الاقتصادي، الاجتماعي الثقافي، التعليمي، العمر الزمني، وكل هذه العوامل متشابهة لدى أفراد عينة الدراسة، وإلى حد كبير المستوى الثقافي لديهم متقارب والمستوى الاقتصادي لديهم متقارب وكذا العمر الزمني متقارب، كل هذا جعل من الطبيعي عدم ظهور فروق بين ( الذكور، الإناث) في مقياس جودة الحياة النفسية.

#### - مناقشة نتائج الفرضية الخامسة:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرضية الخامسة كما هو موضح في الجدول رقم (21) أنه لم تثبت صحة الفرضية، حيث أسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الاتزان الانفعالي.

اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة احمد محمد قمر مجذوب (2022) التي كانت تهدف إلى التعرف على العلاقة بين الجمود الفكري والاتزان الانفعالي وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين الجمود الفكري والاتزان الانفعالي وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الجمود الفكري والاتزان الانفعالي لصالح الذكور.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة الزهرة بومهراس (2021) التي كانت تهدف إلى محاولة التعرف على مستوى كل من الاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى الأساتذة

الطور الابتدائي ثم معرفة مدى مساهمة الاتزان الانفعالي في التنبؤ بالرضا عن الحياة من جهة وفي الأخير معرفة دلالة الفروق في علاقة الاتزان الانفعالي بالرضا عن الحياة باختلاف متغير الجنس، وقد توصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى كل من الاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة لدى الأساتذة التعليم الابتدائي عموماً ومساهمة الاتزان الانفعالي في التنبؤ الرضا عن الحياة وإلى عدم وجود فروق في علاقة الاتزان الانفعالي بالرضا عن الحياة باختلاف متغير الجنس.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن معلمي ومربي ذوي الاحتياجات الخاصة ليس لديهم اختلاف بين الجنسين في الاتزان الانفعالي، بحيث الاتزان الانفعالي ليس لديه خصوصية تتعلق بجنس المعلم والمربي وهذا راجع إلى الفرص المتساوية المتاحة للجميع بغض النظر عن جنسهم.

فعندما تكون الفرصة متاحة ومتساوية فهم يشعرون بالرضا عن الحياة بدرجات متقاربة وبالتالي اختفاء الفروق بينهم، فظروف العمل اليوم صارت تقريبا متساوية فتحسين الراتب وفرص الترقية بالنسبة للمعلم والمربي جعلتهم يعبرون عن رضاهم، وأصبح العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة اليوم يمتاز بالمرونة والسلاسة على عكس السابق فتقرب المفتشين ومرافقتهم ومساعدتهم في أداء مهامهم جعل الفروق تزول هذه العوامل تجعل المربي والمعلم متقاربين في التعبير عن انفعالاتهم ورضاهم وهذا ما يحقق اتزانهم الانفعالي.

#### - مناقشة نتائج الفرضية السادسة:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرضية الثامنة كما هو موضح في الجدول رقم (22) أنه لم تثبت صحة الفرضية، حيث أسفرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة في جودة الحياة النفسية.

واختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة بركيبة ثورية (2017) التي كانت تهدف على معرفة مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل في ظل بعض المتغيرات الديمغرافية بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بورقلة، وقد توصلت النتائج إلى انه توجد فروق في مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل تعزى لعامل الدرجة العلمية، توجد فروق في مستوى إدراك الأساتذة لجودة حياة العمل تعزى لعامل الخبرة.

ويمكن من خلال هذه النتيجة تفسير أن جودة الحياة النفسية متشابهة بين كل من المربي والمعلم، فكلاهما يمثل حجر الزاوية في العملية التعليمية ومحور الأساسي في نجاح التكفل بنوي الاحتياجات الخاصة بحيث كلما شعر المربي والمعلم معا بجودة حياة نفسية جيدة انعكس ذلك على تصرفاتهم وعلاقاتهم من زملائهم في العمل أو التلاميذ في حد ذاتهم وذلك من خلال تفهم المربي والمعلم لنوع الإعاقة التي يعاني منها تلاميذه والعمل على خفض مشاعرهم السلبية ومشكلاتهم السلوكية من ناحية وبناء شبكة من العلاقات الايجابية مع المحيطين به في دائرة العمل من ناحية أخرى.

و لتحقيق جودة حياة نفسية يستطيع المربي والمعلم امتلاك القدرة عالية على الاندماج مع الآخرين، حيث يندمجون في الأنشطة المدرسية، و أنهم ذوو شخصية اجتماعية منفتحة وأقل حساسية قادرة على القيام بأشياء تميز أدائهم، فهم يمتلكون القدرة على التسليم بوجود أوجه النقص العادية في أنفسهم من شأنها أن تحسن جودة الحياة النفسية لديهم.

#### - مناقشة نتائج الفرضية السابعة:

يتضح من خلال عرض نتائج الفرضية التاسعة كما هو موضح في الجدول رقم (23) أن الفرضية ثبتت صحتها، حيث أسفرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مربي ومعلمي نوي الاحتياجات الخاصة في الاتزان الانفعالي لصالح المعلم.

واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة جرعوب عبد الرحمان، دشيثة الأمين، شنافوي جمال (2018) والتي كانت تهدف دراستها إلى الكشف عن كفاءة أستاذ التربية البدنية والرياضية ودورها في تحقيق الاتزان الانفعالي بدائرة بوسعادة، وقد توصلت النتائج إلى تمكن أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ الطور الثانوي.

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة محمد خلايفية، وليد كربوش، حورية بوتي (2018) التي كانت تهدف إلى إبراز أهم سمات المعلم الفعال ودورها في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وقد توصلت النتائج إلى أن سمات المعلم الفعال دورا في تحقيق الاتزان الانفعالي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بدرجة عالية.

يمكن من خلال هذه النتيجة أن المربي والمعلم يختلفون من حيث طبيعة العمل باختلاف الخبرة ذلك تعود إلى بيئة العمل بحيث يتفحص جيدا متغيرات كل مواقف ويتضح ذلك في قدرة على ضبط النفس في المواقف التي تثير الانفعالات وعدم التهور وعدم التذبذب لأسباب تافهة بين الحزن و الفرح.

كما أن الانفعال المعتدل ينشط التفكير والعمليات العقلية والحركة ويزيد الميل للمواصلة العمل أما الانفعالات الشديدة تشل السيطرة على الإرادة، و تؤثر على جميع العمليات العقلية تأثيرا سلبيا فتجعل المربي في حالة عدم سيطرة على انفعالاته مما ينتج عنه سلوكيات وأفعال تقلل من كفاءته في أداء الدور المنوط به.

وبالتالي وفي كلتا الحالات يتسم بحالة نفسية تجعله يندمج مع ما يقوم به وبالتركيز التام فيما يرغب بالوصول إليه والاندفاع بحيوية نحو ممارسة الأنشطة مع الإحساس المتواصل بالنجاح، فأساسيات التوظيف والجدية في العمل والتقديم المتواصل الذي ينتهي بالسعادة النفسية.

ولأن المربي يمارس نشاطات مختلفة وبما أنه راض عن عمله ووظيفته ومهامه انطلاقاً من مخرجات الوظيفة والتعامل مع ذوي الاحتياجات الخاصة والتكفل الجيد والعلاج الناجح فيكون لديه اتزان انفعالي جيد.

### 3.4. خلاصة نتائج الدراسة:

بعد استعراض نتائج الدراسة الحالية ومناقشتها نقدم في هذا العنصر ملخصاً لأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، التي يمكن إجمالها في ما يلي:

- أ- مستوى جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة مرتفع.
- ب- توجد علاقة ارتباطية بين جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة.
- ج- لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير الجنس.
- د- لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية في الاتزان لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير الجنس.
- هـ- لا توجد فرق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير طبيعة العمل.
- و- توجد فرق ذات دلالة إحصائية في الاتزان الانفعالي لدى مربي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بالمسيلة تعزى لمتغير طبيعة العمل لصالح المعلمين.

**4.4. خاتمة:**

وبناء على ما تقدم في الإشكالية ومناقشة النتائج يمكن القول أن مفهوم الجودة من مفاهيم علم النفس الذي يعتبر مجال يدرس ويحلل فيه مكامن القوة والسمات والفضائل الإنسانية وتعزيز السعادة الشخصية للإنسان في ممارسته أنشطة وشؤون حياته، وتحسين صحة الفرد النفسية والجسمية مما يجعله فردا منتجا فعالا في مجتمعه، ويتضح أن الشخصية السوية وحالة الاستقرار النفسي غاية ينشد كل شخص الوصول إليها فلا بد أن تتكون شخصية الفرد تكونا معتدلا بحيث لا يطغى فيها جانب على حساب جانب آخر، وهناك حقيقة يكاد يتفق عليها الناس كلهم وخلصتها أن الأفراد يختلفون ويتفاوتون تفاوتاً يقل أو يكثر لكنه لا يغيب بمعنى أننا لا نجد اثنين من الناس متماثلين في كل شيء، فمن الخطأ أن يكون الفرد منا منتقلا من طرف إلى آخر في بناء شخصيته، بل يجب أن يرسم لنفسه منهاجا متوازنا معتدلا ليحفظ له استقراره واتزانه الانفعالي داخل بيئته أو أسرته أو مكان عمله.

**5.4. مقترحات الدراسة:**

- 1-تضمين برامج الإرشاد المدرسي بحصص تدعم جودة الحياة النفسية واللاتزان الانفعالي داخل المدارس النفسية البيداغوجية متخصصة بالتربية الخاصة وتأهيل المربين والمعلمين لمواجهة مشكلات العالم الاجتماعي .
- 2-إجراء المزيد من الدراسات حول جودة الحياة النفسية واللاتزان الانفعالي لدى المعلمين والمربين للكشف عن مدى انتشارها وأثارها السلبية للعملية التعليمية .
- 3-تطوير نظام المكافآت والحوافز للمعلمين والمربين لتحسين أوضاعهم المعيشية لإشباع حاجاتهم وصولاً إلى جودة حياة نفسية جيدة.

### قائمة المراجع:

1. أبو حمادة، ناصر الدين إبراهيم(2019). جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالسعادة النفسية والقيمة الذاتية لدى عينة من طلبة جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز.مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية. المجلد10. عدد(27).
2. أبو عويضة، أريج حسان حسني(2018): الاتزان الانفعالي والرضا عن الحياة وعلاقتها باتخاذ القرار لدى طلبة، درجة الماجستير في علم النفس، جامعة الأزهر، غزة.
3. أبو مصطفى، شادي محمد (2015): الضغوط النفسية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار على مرضى الطوارئ في المستشفيات الحكومية، رسالة ماجستير، جامعة الإسلامية، غزة.
4. أبو مصطفى، عبد الكريم محمد عبد(2020): الاتزان الانفعالي وعلاقته بقلق المستقبل والعجز النفسي لدى والدي الأطفال المعاقين حركيا، رسالة الماجستير في علم النفس اختصاص الإرشاد النفسي، جامعة الأقصى، غزة.
5. أحمد علي، سماح توفيق (2023). الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الاتزان الانفعالي والتفكير الإيجابي لدى عينة من المراهقين الأيتام. مجلة كلية الآداب بقنا. جامعة جنوب الوادي.المجلد(32). العدد(58).
6. الأعمش، إبراهيم حبر(2020): تقديم الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينة من من الطلبة المراهقين في مدارس مدينة رهط، درجة الماجستير، في جامعة الخليل، فلسطين.
7. أمحمد، مسعودي (2017). جودة الحياة النفسية. مجلة الروافد. العدد1. عين تموشنت.

## قائمة المصادر والمراجع

8. جمال الدين محمود، داليا مجدي(2012). جودة الحياة التربوية الخاصة وعلاقتها بالمشكلات السلوكية لدى عينة من الأطفال ذوي الإعاقات العقلية البسيطة، محمد دراسات العليا للطفولة. جامعة عين شمس.
9. حسن علي، صادق عبد(2016): تنمية الذكاء الوجداني وأثره على جودة الحياة النفسية لدى المراهقين الأيتام المقيمين بمؤسسات الرعاية الاجتماعية بحوث اليمينة، شهادة الدكتوراه في علم النفس، وهران.
10. الحصاوي، سعد عبد الزهرة(2020). الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتسرع في الاستنتاج. مجلة آداب الكوفة. العدد(46).
11. حلوة، ياسمين عمر(2016): الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات، رسالة لنيل درجة الماجستير في علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة دمشق.
12. الخزاعي، نصير محمد محمود(2016): الدافعية الإبداعية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الجامعة، رسالة لنيل شهادة الماجستير آداب في علم النفس التربوي، جامعة القادسية، العراق.
13. خنجر مزيد، زينب(2019). الاتزان الانفعالي وعلاقته بالكفاح المناسب لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة كلية التربية الأساسية. المجلد(25). العدد(103).
14. نيا ب مالود، فاطمة؛ حياوي بدوي، زين(2022). الشفقة بالذات وعلاقتها بكل من جودة الحياة النفسية وسمات الشخصية لدى طلبة الجامعة. مجلة الباحث عدد خاص بالمؤتمر العلمي الدولي الثاني. جامعة كربلاء.
15. الربيع، فيصل خليل؛ عطية، رمزي محمد(2016). الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك. مجلة الدراسات العلوم التربوية. المجلد(43). ملحق3. الأردن.

## قائمة المصادر والمراجع

16. ريان، محمود إسماعيل محمد(2006): الاتزان الانفعالي وعلاقته بكل من السرعة الإدراكية والتفكير الإبتكاري لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظة غزة، كلية التربية جامعة الأزهر، غزة.
17. ساحسي، حسناء؛ حنطاوي، حليلة(2020): جودة الحياة لدى المراهقين في مجال التكوين، رسالة لنيل شهادة الماجستير، جامعة أحمد دراية، العراق.
18. سعيد مبارك، سليمان(2008). الاتزان الانفعالي وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين. مجلة أبحاث التربية الأساسية. المجلد(7). العدد2.
19. سلمان جاسم، سارة جبار(2018). جودة الحياة النفسية لدة طلبة الجامعة. مجلة أبحاث البصرة العلوم الإنسانية المجلد (43). العدد (3).
20. السيد بدوي، منى حسن؛ كامل، عاصم عبد المجيد(2020). الاتزان الانفعالي وعلاقته بالضبط الذاتي لدى طلبة جامعة الكويت. الجمعية المصرية للقراءة المعرفية. القاهرة
21. الشيباني، نجية محمد بشير(2023). الاتزان الانفعالي وعلاقته باتخاذ القرار لدى بعض طلاب جامعة بني وليد في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الإفريقية للدراسات المتقدمة في العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة بني وليد، ليبيا.
22. ضميري، مهند ياسر صالح(2019). فاعلية برنامج أرشاد معرفي سلوكي في تحسين جودة الحياة النفسية لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، رسالة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي التربوي، جامعة القدس المفتوحة فلسطين.
23. عايش، صباح؛ العزالي، صليحة(2020). مستوى جودة الحياة النفسية لدى المتدربين. مركز فاعلون للبحث في الأنثروبولوجيا. جامعة الشهيد لخضر. الوادي.
24. عبد الحفيظ غانم، رغدة(2021). فاعلية استخدام استراتيجية التعلم الفارقي في تدريس علم النفس لتنمية القيم ومهارات جودة الحياة النفسية لدى طلاب كلية التربية

## قائمة المصادر والمراجع

- شعبة علم النفس. مجلة جامعة الغيوم للعلوم التربوية والنفسية. المجلد (15) جامعة طنطا.
25. عبد الفتاح، كاميليا(1990): دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح الشخصية، نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.
26. عكاشة،محمود فتحي؛ سليم، عبد العزيز إبراهيم(.). العلاقة بين جودة الحياة النفسية والإعاقة اللغوية. ورقة عمل مقدمة لمؤتمر جودة الحياة بكفر الشيخ. جامعة الإسكندرية.
27. علي حمودة، علي زرق(2020): الاتزان الانفعالي والمسؤولية والاجتماعية كمنبئات بالتوافق المهني والأسري لدى أفراد شرطة المرور في محافظات غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأقصى.
28. عمر سليمان، يحي صلاح(2022). الطلاق العاطفي و أثره على جودة الحياة النفسية لدى عينة من المترددات على محاكم الأسرة. مجلة المعهد العالي للدراسات النوعية. مجلد (2) عدد 1
29. عويس محمد، مرة سعيد(2021).الإسهام النفسي لعوامل الذكاء الثقافي في التنبؤ بالاتزان الانفعالي لدى طلاب كلية التربية جامعة حلوان دراسي اللغات الأجنبية وأقرانهم من التخصصات الأخرى.مجلة المصرية.المجلد31. العدد(113).
30. الغداني، ناصر بن راشد بن محمد(2014): أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الأطفال المضطربين كلاميا لمحافظة مسقط، رسالة ماجستير في التربية تخصص الإرشاد النفسي، جامعة نزوي.
31. محمد حمدان، محمد كمال (2010): الاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ضباط الشرطة الفلسطينية، درجة ماجستير في علم النفس جامعة الإسلامية ، غزة.

## قائمة المصادر والمراجع

32. المشهراوي، عبير جبريل؛ المهدي، سمية خليفة محمد(2022). الاحتراق النفسي وعلاقته لدى عينة من الأخصائيات النفسيات العلامات مع النساء المعنفات.مجلة العلوم التربوية والنفسية. جامعة البطانة . السودان. المجلد(6). العدد(54).
33. موسى إسماعيل ، عمار فتحي؛ السيد طه، منى حسين(2023). الصلابة النفسية كمتغير وسيط في العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وجودة الحياة النفسية. المجلة العلمية للبحوث التجارية. العدد الثاني. الجزء2.

### مراجع أجنبية:

34. Diener.Ed. and,Marissa Diener.(1995). Cross cultural correlates of life satisfaction and self esteem. **Journal of Personality and Social Psychology**.
35. Halabiyah, Fadwa Abdallah. Irrational Thoughts and Their Relationship to Emotional Stability for The Elderly in Jericho Governorate. Journal of Educational and Psychological Sciences Volume(5). Issue(51). | Al-Quds University.
36. Masse,Raymond; Poulin, Carolel; Dassa, Clement; Lambert, Jean; Belair, Sylvie; and Battaglini, Alex. (1998b).The structure of mental health higher-order confirmatory factor analyses of psychological distress and well-being measures. **Social Indicators Research**.
37. Ryff,Carol; Love,Gayle dienberg; Urry,Heather; Muller, Daniel; Rosen\_Kranz,MelissaA; Friedman,Elliot; Davidson.

38. Richard J, Singer.Burton.(2006). Psychological Well-Being and Ill-Being: Do They Have Distinct or Mirrored Biological Correlates?. **Psychotherapy Psychosomatics**.

الملاحق

## قائمة الملاحق

### ملحق رقم (01)

#### مقياس جودة الحياة النفسية

أخي الكريم، أختي الكريمة، تحية عطرة وبعد:

في إطار إعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي نضع بين أيديكم هذا الاستبيان راجية منكم الإجابة على عباراته بكل صدق وموضوعية، علماً أن إجاباتكم ستحظى بسرية تامة ولا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي

**ملاحظة:** ضع علامة (x) أمام الإجابة التي ترونها مناسبة مع الحرص على عدم ترك أي سؤال دون إجابة.

البيانات الأولية:

مربي  معلم

الجنس: ذكر  أنثى

غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	العبرة	
					أقبل ذاتي كما هي	1
					أشعر بالطمأنينة	2
					أثق بقدرتي	3
					أقبل جوانب ضعفي	4
					يسعدني ما حققته في حياتي	5
					أنا راضي عن مظهري الخارجي	6
					أقبل الأمور الخارجة عن إرادتي	7

## قائمة الملاحق

					أنا متصلح مع ذاتي	8
					لدي القدرة على إقامة علاقات اجتماعية إيجابية	9
					أنا سعيد بعلاقاتي الطيبة مع الآخرين	10
					علاقاتي مع الآخرين تقوم على الثقة	11
					أميل إلى العمل الذي يتطلب التعاون	12
					يتسم سلوكي مع الآخرين بالتسامح	13
					أستمتع بوجودي مع زملائي وأصدقائي	14
					أحظى باحترام الآخرين	15
					أشارك الآخرين أفراحهم	16
					أتحمل مسؤولية كل سلوك أقوم به	17
					أنجز أعمالي بنفسني دون طلب المساعدة من الآخرين	18
					أحاول حل مشكلاتي قبل عرضها على الآخرين	19
					أنا قادر على تقرير مصيري	20
					أنا قادر على اتخاذ أي قرار يخصني	21
					أعتبر نفسي شخص مسئول	22
					أنا قادر على تحقيق ذاتي	23

## قائمة الملاحق

					أسلوبي في الحياة يحقق لي السعادة النفسية	24
					أقبل التغيير وأعتبره جزء من حياتي	25
					أعدل من طريقة تفكيري لأتمكن من إنجاز ما يطلب مني	26
					لدي القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة	27
					لدي القدرة على تعديل البيئة التي لأعيش فيها	28
					أضع خططا واقعية وأتخذ الإجراءات اللازمة لتطبيقها	29
					لدي القدرة على مواجهة المواقف الصعبة	30
					أستطيع مواصلة الحياة بفاعلية واقنتدار	31
					أميل إلى تغيير ما هو سائد من أوضاع سلبية	32
					أعتقد أن للحياة هدفا	33
					أضع أهدافي بما ينسجم مع عادات وقيم المجتمع الذي أعيش فيه	34
					أثابر من أجل تحقيق أهدافي	35

## قائمة الملاحق

					في الحياة	
					أتخلص من أي شيء يحول دون تحقيق أهداف حياتي	36
					أحدد أهدافي في الحياة بطريقة واقعية	37
					لدي اهتمامات جادة ونشطة في حياتي	38
					لدي خطط مناسبة لتحقيق أهدافي	39
					لدي اهتمام في الاطلاع على كل شيء جديد	40
					أبذل قصارى جهدي في تطوير ذاتي	41
					أنا شديد الحماسة لما أقوم به من عمل	42
					أرى أن قيمة الإنسان ونجاحه في الحياة تكمن فيما يمتلكه من خبرات ومهارات	43
					أحرص على تحسين أدائي في كل مرة	44
					أتمتع بقدرة عالية على استغلال وقتي	45

## قائمة الملاحق

					أهتم بما يدور حولي من أحداث متجددة	46
					لدي روح المبادرة في تغيير ذاتي إلى الأفضل	47
					أشارك في الأنشطة التي تطورني ذاتيا	48

## ملحق رقم (02)

### مقياس الاتزان الانفعالي

لا أوافق بشدة	لا أوافق	محايد	أوافق	أوافق بشدة	العبرة	
					أتصرف بشكل مندفع ودون تفكير	1
					أضع نفسي في مواقف خطيرة	2
					أحب التحدي	3
					أغضب بسهولة ولأسباب تافه	4
					أرد الإساءة على من يسيء لي مهما كلفني ذلك	5
					حياتي غير مستقرة	6
					متفائل جدا بالمستقبل	7
					أتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي	8
					أخجل بالتحدث أمام الآخرين	9
					أسعة لتغيير الصفات السلبية لدي	10

## قائمة الملاحق

					أعبر عما بداخلي بسهولة	11
					أرفض الاعتذار للآخرين	12
					أتشاجر مع الآخرين بسرعة	13
					أغضب عندما لا يفهم مشكلتي أحد	14
					أنسحب أمام المهمة الصعبة	15
					قادر على حل مشكلاتي دون اللجوء إلى أحد	16
					قادر على اتخاذ القرار والتمسك فيه	17
					أتماسك عندما أتعرض لصددمات انفعالية	18
					أقبل النقد من الآخرين	19
					أنا شخص إيجابي ومتفائل جدا	20
					أنا فخور بما حققت من انجاز	21
					أعتبر نفسي شخص مهم في كثير من المواقف	22
					أغير رأي بسهولة	23
					ينتابني شعور بالحزن ولا أعرف السبب	24
					أحب الاختلاط بالناس	25
					أنزعج من الأشخاص الذين يخالفوني بالرأي	26
					لدي نظرة سلبية نحو الحياة	27
					أذهب إلى جميع المناسبات الاجتماعية	28

## قائمة الملاحق

					أحب أن أبقى وحيد معظم الأوقات	29
					أثق بالآخرين بسهولة	30
					يضايقني جدا اللوم حتى لو كنت أستحقه	31
					أعتبر نفسي ناجح بكل شي	32
					أحب الضحك والمزاح كثيرا	33
					أميل إلى البكاء عندما أشعر بالحرج	34
					يمكنني أن أتغاضى بسهولة عن أخطاء الآخرين	35
					أقبل رأي الآخر حتى لو خالفني	36
					أتأثر جدا بمصائب من يخاصمني	37
					أبدأ أنا أولا بمصالحة من يخاصمني	38
					أميل للابتعاد عن الاختلاط بالآخرين تجنبنا للمشاكل	39

## قائمة الملاحق

### ملحق رقم (03) مخرجات نظام SPSS

		الامتياز	جودة	الجنس	عمل
N	Valide	70	70	70	70
	Manquant	0	0	0	0
	Moyenne	123,8143	205,8286	1,5571	1,5429
	Médiane	122,5000	203,5000	2,0000	2,0000
	Mode	115,00 <sup>a</sup>	188,00 <sup>a</sup>	2,00	2,00
	Ecart type	16,13017	19,06204	,50031	,50176
	Variance	260,182	363,361	,250	,252
	Minimum	90,00	151,00	1,00	1,00
	Maximum	179,00	240,00	2,00	2,00
	Somme	8667,00	14408,00	109,00	108,00

ما مستوى جودة الحياة النفسية لدى مربى ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة؟

#### Statistiques sur échantillon uniques

	N	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
جودة	70	205,8286	19,06204	2,27835

المتوسط الافتراضي = 144

	قيمة T	درجة الحرية DF	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
جودة	27,137	69	,000	61,82857	57,2834	66,3738

## قائمة الملاحق

ما مستوى الاتزان الانفعالي لدى مربّي ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة ؟

### Statistiques sur échantillon uniques

	N	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
الاتزان	70	123,8143	16,13017	1,92792

المتوسط الافتراضي = 177

	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
الاتزان	3,535	69	,001	6,81429	2,9682	10,6604

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية والاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس؟

الجنس	N	المتوسط	الانحراف المعياري	Moyenne	erreur standard
الاتزان	ذكر	31	123,4194	18,24057	3,27610
	انثى	39	124,1282	14,47535	2,31791
جودة	ذكر	31	205,2258	20,94709	3,76221
	انثى	39	206,3077	17,68757	2,83228

### Test des échantillons indépendants

Test de Levene sur l'égalité des variances | Test t pour égalité des moyennes

F | Sig. | T | ddl

## قائمة الملاحق

الامتزان	Hypothèse de variances égales	,090	,765	-,181	68
	Hypothèse de variances inégales			-,177	56,396
جودة	Hypothèse de variances égales	,144	,706	-,234	68
	Hypothèse de variances inégales			-,230	58,744

### Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes

		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
الامتزان	Hypothèse de variances égales	,857	-,70885	3,90877	-8,50868
	Hypothèse de variances inégales	,860	-,70885	4,01317	-8,74696
جودة	Hypothèse de variances égales	,815	-1,08189	4,61849	-10,29794
	Hypothèse de variances inégales	,819	-1,08189	4,70914	-10,50571

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة النفسية والامتزان الانفعالي تعزى لمتغير طبيعة العمل؟

### Test des échantillons indépendants

Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes	
F	Sig.	T	ddl

## قائمة الملاحق

الامتثال	Hypothèse de variances égales	2,786	,100	-2,417	68
	Hypothèse de variances inégales			-2,488	66,112
جودة	Hypothèse de variances égales	,239	,627	,582	68
	Hypothèse de variances inégales			,582	65,730

### Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes

		Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur
الامتثال	Hypothèse de variances égales	,018	-9,04112	3,74109	-16,50635
	Hypothèse de variances inégales	,015	-9,04112	3,63370	-16,29581
جودة	Hypothèse de variances égales	,562	2,67599	4,59559	-6,49438
	Hypothèse de variances inégales	,563	2,67599	4,60009	-6,50910

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية  
قسم علم النفس  
مسيلة في 2023 / 04 / 25  
إلى السيد: مدير مديرية النشاط والتضامن الاجتماعي بالمسيلة

الموضوع: تسهيل مهمة لإجراء الدراسة الميدانية

تحية طيبة وبعد

في إطار انجاز دراسة ميدانية (مذكرة تخرج) لطلبة السنة ثانياة ماستر  
الشعبة: علم النفس  
التخصص: عيادي

نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطلبة المذكورين أدناه وتقديم المساعدة الممكنة واللازمة في حدود  
أغراض البحث العلمي، وما يسمح به القانون، وهذا على مستوى المصالح التي تشرفون عليها.  
عنوان الدراسة: جودة الحياة النفسية وعلاقتها بالانحياز الانفعالي لدى مربّي الأطفال ذوي الاحتياجات  
الخاصة.

المشرف: بعلي مصطفى

1. اسم ولقب الطالب: لعازي رنده رقم التسجيل: 171735080891
2. اسم ولقب الطالب: بورزق جنات رقم التسجيل: 181835075012
3. اسم ولقب الطالب: ..... رقم التسجيل: .....
4. اسم ولقب الطالب: ..... رقم التسجيل: .....

في الفترة من 2023 / .... / ..... إلى 2023 / .... / .....

في الأخير، تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير والاحترام

نائب العميد المكلف بالبحث العلمي

جامعة المسيلة  
نائب العميد المكلف بالبحث العلمي  
العلاقة والعلاقات الخارجية  
الدكتور: مرزوق إبراهيم

نائب رئيس القسم للبحث العلمي

جامعة المسيلة  
رئيس قسم  
علم النفس  
الدكتور: جعلاب